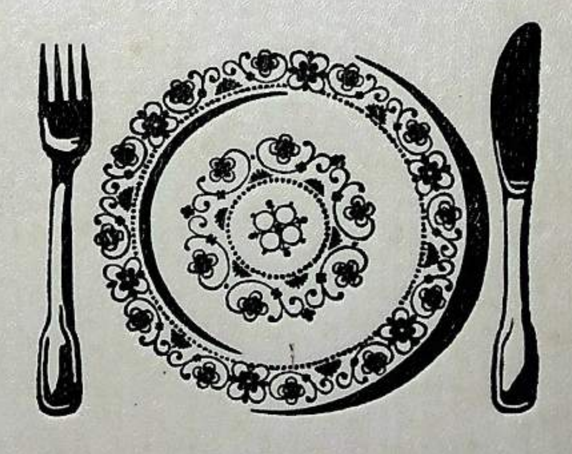
Handbuch der Speisen

HERBERT PILZ





Herbert Pilz
Handbuch der Speisen

Handbuch der Speisen

Nachschlagewerk
über Speisenkomponenten, Speisen
und Gerichte mit Nährwerttabellen
für über 300 Lebensmittel, 4 Bildern
und über 2700 Rezepturen

Von Diplomwirtschaftler Herbert Pilz,
Fachrichtungsleiter
Gesellschaftliche Speisenwirtschaft
an der Fachschule für das Gaststätten-
und Hotelwesen in Leipzig

4. Auflage



VEB Fachbuchverlag
Leipzig

4. Auflage
Lizenznummer: 144-210/109/83
LSV: 4847
Verlagslektor: Erich Kuhnert
Gestaltung: Lothar Gabler, Leipzig
Printed in GDR
Satz: VEB Druckhaus „Maxim Gorki", Altenburg
Offsetrotationsdruck: (52) Nationales Druckhaus Berlin, Betrieb der VOB National
Buchbinderische Weiterverarbeitung: INTERDRUCK Leipzig – III/18/97
Bestellnummer: 546 574 1
DDR 35,– M

Vorwort

Alle, die in den verschiedenen Bereichen unserer Volkswirtschaft Lebensmittel bearbeiten und verarbeiten, tragen eine große Verantwortung. Von ihnen wird erwartet, daß die Lebensmittel, die sie als Halbfabrikate oder verzehrreife Erzeugnisse hergestellt haben, den Prinzipien der gesunden Ernährung entsprechen und die Entwicklung sozialistischer Verbrauchsgewohnheiten unterstützen. Besonders hoch sind die Anforderungen an die Beschäftigten in den Küchen der Gaststätten und Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen, die eine große Anzahl sehr unterschiedlicher Speisen und Gerichte zubereiten. Ihnen und allen anderen Mitarbeitern in diesen Einrichtungen, die mit der Zusammenstellung von Speisen und Gerichten oder mit der Beratung von Gästen betraut sind, will das Handbuch der Speisen ein Helfer sein.
Die gute Aufnahme, die das Handbuch der Speisen fand, und die vielfältigen Hinweise haben den Verlag und mich veranlaßt, nach relativ kurzer Zeit bereits eine 3., überarbeitete und erweiterte Auflage vorzulegen. Die Überarbeitung wird vor allem bei den Nährwerttabellen sichtbar, die nunmehr entsprechend den Anforderungen zur Einführung neuer Maßeinheiten nach der neuen Maßeinheit Kilojoule berechnet sind. Als Erweiterung wurde auf Wunsch der Leser das Kapitel 20. «Internationale Garnituren und Speisenbezeichnungen» mit mehr als 300 Angaben neu aufgenommen. Ebenfalls auf Grund zahlreicher Hinweise wurde die Anzahl der ausländischen Speisenkomponenten, Speisen und Gerichte erheblich erhöht und zur besseren Orientierung ein gesondertes Rezeptverzeichnis, gegliedert nach Ländern und Ländergruppen, neu erarbeitet.
Das Buch wendet sich an Küchenleiter und Wirtschaftsleiter, an Köche und angelernte Mitarbeiter in den unterschiedlichen Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen. Es ist aber auch als Nachschlagewerk für Gaststättenleiter, Restaurantleiter und Kellner gedacht. Nicht zuletzt soll es auch Lehrlinge in der Berufsausbildung oder Teilnehmer an der Erwachsenenqualifizierung zum Facharbeiter, bei der Vorbereitung auf Meisterprüfungen oder im Fachschulstudium unterstützen.
Das Handbuch der Speisen ist kein Kochbuch im engeren Sinne. Es ist als Wissensspeicher für den kaum noch zu übersehenden großen Bereich der unterschiedlichen Speisen und Gerichte angelegt, soll Anregungen und einen – wenn auch begrenzten – Überblick über die verschiedenen Speisengruppen geben. In kurzer Form vermittelt es eine Beschreibung der wichtigsten und charakteristischen Speisenkomponenten, Speisen und Gerichte, die in den Küchen zubereitet werden, und läßt sich dabei von den Prinzipien

einer gesunden Ernährung und ihrer richtigen Anwendung bei der Speisenproduktion sowie dem zweckmäßigen, ernährungsökonomisch sinnvollen Einsatz der Lebensmittel leiten.
Das Handbuch der Speisen soll sich von den klassischen Kochkunstlexika unterscheiden. Es ist nicht für einen ausgewählten Kreis gastronomischer Einrichtungen gedacht, sondern soll in allen Arten von Verpflegungseinrichtungen helfen, ein abwechslungsreiches und bedarfsgerechtes Speisensortiment zu gestalten. Nunmehr etwa 6 000 Stichwörter stellen den Kern des Handbuches dar. Erzeugnisse der «klassischen Küche» sind nur dann aufgenommen worden, wenn sie unseren heutigen Forderungen noch entsprechen. Viele Stichwörter betreffen Speisenkomponenten, Speisen und Gerichte aus anderen Ländern. Besonders berücksichtigt wurden solche aus unseren sozialistischen Bruderländern.
Die Gliederung ist von der Sortimentsnomenklatur des Speisensortiments, die in den öffentlichen Gaststätten üblich ist, abgeleitet. Sie ist in gleichem Umfang auch für die Gemeinschaftsverpflegung anwendbar. Es ist somit von vornherein angestrebt worden, eine Verbindung zu den verschiedenen zentral oder territorial vorgegebenen Arbeitsunterlagen (z. B. Leistungsprofile, Sortimentskarteien) zu gewährleisten. Deshalb sind auch diese Materialien im Handbuch der Speisen ausgewertet und berücksichtigt worden.
Allen, die mich auch bei der Vorbereitung der 4. Auflage tatkräftig unterstützten, danke ich. Weiterhin bitte ich die Leser um kritische Bemerkungen über dem Handbuch evtl. noch anhaftende Mängel oder notwendige Ergänzungen. Solche Hinweise bitte ich der Einfachheit halber direkt an den Verlag zu richten.

Der Verfasser

Inhaltsverzeichnis

Hinweise zur Benutzung

Das Handbuch stützt sich auf die Sortimentsnomenklatur nach 40 Artikelgruppen, die einzelnen Abschnitte des Handbuches ergeben sich aus den Artikelgruppen des Speisensortiments.
Innerhalb der einzelnen Abschnitte erfolgt nach der Charakteristik der Gruppe eine weitere Gliederung nach Untergruppen (z. B. in der Gruppe Vorspeisen in die Untergruppen Kalte Vorspeisen und Warme Vorspeisen). Diese Untergruppen sind in einigen Abschnitten nochmals untergliedert (z. B. Kalte Vorspeisen in Vorspeisencocktails, Cocktailbissen usw.). Die Kurzrezepturen sind dann innerhalb dieser Gruppierungen alphabetisch aufgeführt.
Für das Auffinden einer Speisenkomponente kann von zwei Möglichkeiten ausgegangen werden, einmal vom Nachschlagen in der zutreffenden Untergruppe oder durch Nachschlagen im alphabetischen Sachregister am Ende des Buches, das alle Stichwörter in alphabetischer Folge unabhängig von ihrer Zuordnung zu einer Speisengruppe enthält.
Die Stichwörter sind nach den Regeln der Rechtschreibung im Duden geschrieben. Bei fremdsprachigen Ausdrücken wurde von der in der Originalquelle angewendeten oder der bei uns am gebräuchlichsten Schreibweise ausgegangen.
Die Stichwörter sind alphabetisch so aufgeführt, daß die Beifügungen nachgeordnet sind (z. B. Schnitzel, paniert), jedoch wird im Rezeptverzeichnis die übliche Ausdrucksform als Verweisstichwort aufgeführt, um den Leser auf die Fundstelle zu verweisen (z. B. Paniertes Schnitzel – Schnitzel, paniert).
Sind für eine Speise oder Speisenkomponente mehrere Bezeichnungen üblich (z. B. Schweinslendchen, Schweinsfilet), so wird die verbreitetste als Stichwort verwendet und die andere Bezeichnung dahinter aufgeführt. Das trifft auch auf fremdsprachige Bezeichnungen zu (z. B. Kraftbrühe – Consommé). Jede Rezeptur ist als Kurzrezeptur aufgebaut und enthält die Angaben über die zu verwendenden Lebensmittel und den Herstellungsweg. Exakte Mengeneinsätze von Lebensmitteln sind in der Regel nicht angegeben, um die vielfältige Verwendung des Handbuches als Nachschlagewerk in den verschiedenartigen Küchen, die mit unterschiedlichen Lebensmitteleinsätzen arbeiten, nicht zu schmälern. Nur in einigen Fällen, in denen die Einhaltung bestimmter Proportionen für das Gelingen unbedingt notwendig ist, wurde von diesem Grundsatz abgewichen (z. B. bei Eierstich).
Am Beginn jedes Abschnittes wird eine Charakteristik der Gruppe gegeben, die die

wesentlichen Merkmale und bei der Zubereitung zu beachtenden Grundsätze enthält. Dort sind auch die Grundzubereitungen und die wichtigsten Kombinationen dargestellt. Ebenfalls sind einige Beispiele für den unterschiedlichen Energiegehalt aufgeführt.
Bei jeder Kurzrezeptur sind die Komplettierungsmöglichkeiten (z. B. mit Sättigungs-, Gemüse- und Salatbeilagen) bzw. die Einsatzmöglichkeit dieser Komponenten als Beilage angegeben. Das soll vor allem als Anregung für die vielfältigen Komplettierungsvarianten dienen; es sind fast immer noch weitere Kombinationen möglich, die jedoch nicht alle aufgeführt werden können.
Nach einigen Rezepturen wird unter der Bezeichnung *Hinweis* Auskunft über weitere Variationsmöglichkeiten bei der Zubereitung oder Zusammenstellung oder auch auf abweichende Zubereitungen gegeben.
Im Anhang sind Nährwertangaben auf der Grundlage des Nährwertkataloges – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegung und der Gesellschaft für Betriebsberatung des Handels –, bezogen auf 100 g, für mehr als 300 Lebensmittel aufgeführt. Sie sollen allen denen, die den Nährwertkatalog nicht zur Hand haben, eine Orientierung ermöglichen.
Im Anhang werden auch einige Fachausdrücke erklärt, besonders solche, die im Handbuch verwendet wurden.

Einführung

Rationelle Speisenproduktion im sozialistischen Gaststättenwesen und in der Gemeinschaftsverpflegung

Das Streben, die Speisenproduktion rationell zu betreiben, ist so alt wie die Speisenproduktion selbst. Jeder Produktionsprozeß war von Anfang an so zweckmäßig und überlegt wie möglich angelegt und wurde im Laufe der Zeit durch die gesammelten Erfahrungen und neuen Erkenntnisse ständig vervollkommnet. Bei der Bearbeitung und Verarbeitung von Lebensmitteln ist von jeher das Bemühen zu erkennen, ein hochwertiges Produkt mit möglichst günstigsten Bearbeitungsverfahren zu erhalten und ständig darüber nachzusinnen, wie noch wirkungsvoller gearbeitet werden kann. Das ist für die Speisenproduktion in den Küchen, die ein Teil des großen Arbeitsgebietes der Lebensmittelbearbeitung und -verarbeitung ist, in der historischen Entwicklung klar erkennbar. Von den einfachen Zubereitungen bis zur Entwicklung der Kochkunst und deren Reformierung im späten 19. und frühen 20. Jahrhundert zeigt sich diese klare Leitlinie bei der Gestaltung der Erzeugnisse und Technologien einschließlich der Kücheneinrichtung. Somit ist der Begriff des rationellen Produzierens eindeutig zeitabhängig, historisch bedingt und aus der Sicht der jeweiligen Epoche zu betrachten. Er ist dem allgemeinen Stand der Entwicklung der Produktivkräfte und dem Ziel der Produktion untergeordnet. Was vor 50 und mehr Jahren in der täglichen Arbeit in den Küchen geleistet wurde, war aus der Sicht der damaligen Zeit, natürlich unter Beachtung der Unterschiede zwischen den am weitesten entwickelten und zurückgebliebenen Küchen, durchaus rationell.
Am heutigen Stand gemessen, unter sozialistischen Produktionsverhältnissen, kann es selbstverständlich den Anforderungen nicht mehr genügen, da die allgemeine Entwicklung der Produktivkräfte und vor allem der gesellschaftlichen Verhältnisse einen weitaus höheren Stand haben. Speisenproduktion hat heute weit den Rahmen des Gaststätten- und Hotelwesens überschritten, die Bedingungen, effektiver in den Küchen zu produzieren, sind ungleich besser geworden. Entscheidender Gradmesser für die Rationalität einer Produktion ist letztlich deren Ziel. Deshalb muß die Frage, wie weit die Speisenproduktion in unseren Küchen rationell ist, aus der Sicht der ständig besseren Bedarfsbefriedigung mit Verpflegungsleistungen als Teil unserer sozialistischen Arbeits- und Lebensbedingungen untersucht werden.
Die ständig bessere *Bedarfsbefriedigung* erfolgt in unserer Volkswirtschaft durch die

rasche Entwicklung der Produktion, die Durchsetzung des wissenschaftlich-technischen Fortschritts und die Steigerung der Arbeitsproduktivität. Somit wird die Rationalisierung der Speisenproduktion in ihren *drei Grundformen,* nämlich
Herauslösen von Produktionsarbeiten aus den Küchen und ihre weitere Durchführung mit industriemäßigen Produktionsverfahren in der Land- und Nahrungsgüterwirtschaft (Industrialisierung der Speisenproduktion),
Herauslösen von Produktionsarbeiten aus den Küchen und ihre weitere Durchführung in zentralen Vorbereitungsküchen (ZVK) und Zentralküchen oder anderen zentralen Produktionsstätten (Zentralisierung der Speisenproduktion im sozialistischen Gaststätten- und Hotelwesen),
Rationalisierung in den einzelnen Küchen durch planmäßige Prozeßorganisation und Kleinmechanisierung,
zielstrebig als gesamtgesellschaftliche Aufgabenstellung und Grundlage für eine bessere Bedarfsbefriedigung durchgeführt. Die *Speisenproduktion überschreitet immer mehr den Arbeitsbereich der einzelnen Küche,* sie vollzieht sich in verschiedenen Bereichen der Volkswirtschaft. Sie findet jedoch weiterhin ihre Vollendung, ausgehend von verschiedenartigen Halbfabrikaten und anderen Zwischenprodukten, in den Küchen der Gaststätten und Hotels und der Gemeinschaftsverpflegung. Diese verändern zunehmend ihren Charakter, sie erhalten eine andere Arbeitsstruktur. Das findet seinen Ausdruck in den Endküchen verschiedener Typen und unterschiedlicher Varianten. Daraus ergeben sich Veränderungen für den Arbeitsablauf und auch neuartige Qualifikationsanforderungen für alle dort mit der Speisenproduktion oder einem ihrer Teilgebiete und Vorbereitungsphasen Beschäftigten.
Ständig bessere Bedarfsbefriedigung entsprechend dem Charakter der sozialistischen Arbeits- und Lebensbedingungen bedeutet, kontinuierlich die Verpflegungsleistungen des Gaststätten- und Hotelwesens und der Gemeinschaftsverpflegung, den neben der industriemäßigen Speisenproduktion beiden anderen Hauptbereichen der *gesellschaftlichen Speisenwirtschaft,* zu erhöhen und auch mengenmäßig den wachsenden Anforderungen nach Zeit und Ort zu entsprechen. Das verlangt, die Speisenproduktion so durchzuführen, daß
die Erzeugnisse den Anforderungen einer gesunden Ernährung entsprechen,
die Erzeugnisse den Anforderungen einer rationellen Ernährung entsprechen,
die Erzeugnisse in gleichbleibender, also stabiler hoher Qualität ohne zeitliche Qualitätsschwankungen produziert werden,
die Erzeugnisse kontinuierlich, dem Bedarf entsprechend bereitgestellt werden,
die Erzeugnisse preisgerecht im Sinne unserer sozialistischen Preispolitik und im richtigen Verhältnis von niedrigen, mittleren und höheren Preisen produziert werden.
Erzeugnisse nach den Anforderungen für eine *gesunde Ernährung* zu produzieren, bedeutet in allen Bereichen, die Speisenproduktion oder einen ihrer Teilprozesse durchführen, die Halbfabrikate, Speisenkomponenten, Speisen und Gerichte so zusammenzustellen und so zu bearbeiten und verarbeiten, daß sie der sich abzeichnenden Tendenz einer Fehlernährung entgegenwirken. Ernährungswissenschaftler stellen immer wieder fest, daß wir zu viel bzw. zu energiereich, zu fett und auch zu süß essen. Deshalb sollte beim Zusammenstellen der Rezepturen ein Verhältnis von 60 : 30 : 10 als Orientierung gelten. Das heißt, der Anteil der Kohlenhydrate soll 45 ... 60% des Gesamtenergiegehalts (Nahrungsenergie-%), des Fettes 30 ... 35% und des Eiweißes 7,3 ... 10,5% im Durchschnitt betragen. Über die Verwirklichung dieser Forderung unter Beachtung der Traditionen und Eßgewohnheiten nachzudenken und danach zu handeln, heißt rationell

im Sinne einer gesunden, zweckmäßigen Ernährung zu produzieren. Das richtige Zusammenstellen der Halbfabrikate, Speisenkomponenten, Speisen und Gerichte ist jedoch nur die eine Seite. Alle dafür verwendete Mühe ist umsonst, wenn nicht die effektivsten Verfahren der Bearbeitung und Verarbeitung gewählt werden, die schonendsten, die Nähr- und Wirkstoffe bestmöglich erhaltenden Zubereitungsverfahren. Das setzt wiederum voraus, die Spezifik der einzelnen Lebensmittel richtig zu erfassen, die Verfahren zu kennen und zu beherrschen sowie bewußt und zielgerichtet anzuwenden. Diese Fragen erlangen um so mehr Bedeutung, wie sich zunehmend die Lebensmittelstruktur infolge des höheren Bearbeitungsgrades der Lebensmittel durch die industriemäßige Produktion verändert. Es liegt in der Verantwortung der in den Küchen Tätigen, die hochwertigen Lebensmittel aus den vorleistenden Bereichen so weiter zu verarbeiten, daß sie in höchster Qualität den Gast bzw. Essenteilnehmer erreichen. Hieraus leitet sich auch der Zusammenhang zwischen der täglichen Arbeit in jeder einzelnen Küche und den Forderungen nach einer rationellen Ernährung ab. *Rationell ernähren* heißt letztlich nichts anderes, als mit dem zweckmäßigsten Lebensmitteleinsatz, mit den günstigsten Arbeitsmethoden und mit möglichst niedrigem Arbeisaufwand zu produzieren. Das setzt sich allerdings auch in der Absatzorganisation fort. Denn rationell muß die Ernährung auch für den Gast bzw. Essenteilnehmer sein, natürlich rationell im Sinne unterschiedlicher Qualitätsansprüche und Motive. Dieser Gesichtspunkt muß bereits bei der Produktion beachtet werden, denn das Ziel jeder Produktion ist der Verbrauch. Dabei ist zu beachten, daß es bei der Ernährung nicht nur darum geht, ein bestimmtes Quantum an Eiweiß, Fett und Kohlenhydraten sowie Vitaminen und Mineralstoffen im ausgewogenen Verhältnis aufzunehmen. Essen ist mehr als Nahrungsaufnahme, es ist Bestandteil unserer sozialistischen Kultur und Lebensbedingungen. Essen soll ein Genuß sein. Daraus ergibt sich die Anforderung, die Speisen so zuzubereiten, daß sie mit Genuß verzehrt werden können, daß sie den Ansprüchen an ein hohes kulinarisches Niveau genügen.

Einer rationellen Ernährung entgegen wirken Qualitätsschwankungen, die noch zu häufig auftreten. Notwendig ist, in jeder Küche das einmal erreichte Niveau ständig zu halten und einem Absinken konsequent entgegenzutreten. Das erfordert entsprechende Voraussetzungen, wie straffe Arbeitsorganisation, gezielte Qualifizierung und exakte Arbeitsunterlagen, letztere nicht nur als Rezeptur für die Zusammenstellung der Speisen, sondern auch für den Herstellungsgang einschließlich dem Anrichten. In diesem Zusammenhang ist es auch erforderlich, die Kontrolle des Wareneingangs, des Produktionsablaufs und der Qualität der Erzeugnisse, die die Küche verlassen, zu verstärken und wirkungsvolle, einfache Methoden dafür zu entwickeln.

Preisgerechte Erzeugnisse zu produzieren ist ein wichtiges Anliegen bei der Rationalisierung der Speisenproduktion. Das setzt exakte Kenntnisse über die Aufwendungen voraus, die für den Speisenproduktionsprozeß und seine Teilprozesse in einer Küche entstehen. Nicht nur der Küchenleiter, sondern auch alle Mitarbeiter müssen konsequent nach den Gesichtspunkten wirtschaftlichen Arbeitens handeln. Wichtig ist ebenso, daß bereits bei der Zusammenstellung der Speisen die Preisstruktur des Speisenangebots beachtet wird und attraktive Erzeugnisse in allen Preisgruppen produziert und richtig angeboten werden.

Speisenproduktion umfaßt einen großen Bereich und ist nur durch das Zusammenwirken aller in diesem Bereich produzierenden Einrichtungen gesamtvolkswirtschaftlich rationell zu betreiben. Die Rationalisierung beginnt jedoch in jeder einzelnen Küche, ausgehend vom bedarfsgerechten Sortiment und von der Struktur des Produktionsprozesses. Unter Beachtung unterschiedlicher Produktionsstrukturen, die sich aus der zu erfüllenden Ver-

sorgungsaufgabe herleiten und auch durch die konkreten materiellen und personellen Voraussetzungen beeinflußt werden, ergibt sich für den Speisenproduktionsprozeß folgende *Grundstruktur:*

1. Produktionsstufe: (Vorbereiten)	Vorbereitung der Lebensmittel für den Zubereitungsprozeß durch Schälen, Putzen, Zerlegen, Zerkleinern, Waschen und andere Arbeiten. Das Erzeugnis dieser Produktionsstufe wird als Halbfabrikat bezeichnet und ist küchenfertig (garfertig, zubereitungsfertig).
2. Produktionsstufe: (Zubereiten)	Zubereiten der küchenfertigen Lebensmittel durch Garen oder andere Zubereitungsverfahren zu Speisenkomponenten der Warmen oder Kalten Küche. Die Erzeugnisse der 2. Produktionsstufe werden als Speisenkomponenten (Komponenten, Zwischenprodukte) bezeichnet und sind tischfertig (anrichtefertig).
3. Produktionsstufe: (Anrichten, Endfertigung, Endbereitung)	Kombinieren verschiedener Speisenkomponenten zu Gerichten, Anrichten von Speisen und Gerichten. Die Erzeugnisse dieser Produktionsstufe sind verzehrreif (konsumreif).

Die *Tendenz der Rationalisierung der Speisenproduktion* geht dahin, die erste Produktionsstufe und zunehmend auch Teile der zweiten Produktionsstufe aus dem Arbeitsprozeß der Küchen der Gaststätten und Hotels und der Gemeinschaftsverpflegung auszugliedern. Sie werden in solche Einrichtungen verlegt, die diese Arbeitsgänge in Großproduktion oder in einem den Produktionsumfang der einzelnen Küche weit übertreffenden Produktionsprozeß weitaus rationeller durchführen können. Anstelle der unbearbeiteten Rohstoffe gelangen deshalb viele Lebensmittel mit weitaus höherem Bearbeitungsgrad wie in früheren Jahren als geputzte, zerkleinerte frische, kurzfristig haltbar gemachte oder gefrierkonservierte, getrocknete oder in anderer Form konservierte Erzeugnisse in die Küchen. Somit wird der Arbeitsprozeß in der einzelnen Küche über eine zielgerichtete *Beschaffung* und das Ausnutzen aller Möglichkeiten zum Bezug von Halbfabrikaten und Komponenten aus industriemäßiger oder im Gaststättenwesen zentralisierter Produktion erleichtert. Das Schwergewicht der Speisenproduktion im Gaststättenwesen wird immer mehr auf die zweite und dritte Produktionsstufe verlagert. Eine entscheidende, mit der Rationalisierung der Speisenproduktion verbundene Qualifikationsanforderung besteht deshalb darin, daß die Mitarbeiter in den Küchen ständig ihr Wissen um die Möglichkeiten der Arbeit mit Halbfabrikaten und anderen Erzeugnissen hohen Bearbeitungsgrades vervollkommnen, über die Einsatzmöglichkeiten und die speziellen Behandlungsbedingungen dieser Erzeugnisse Bescheid wissen, sich ständig über solche Weiterentwicklungen informieren und vor allem dem Neuen aufgeschlossen gegenüberstehen.
Entsprechend den Produktionsstufen bei der Speisenherstellung kommen in einer Küche

die Lebensmittel für die Speisenproduktion in folgendem Bearbeitungsgrad (Grobstruktur) zur Verwendung:

1. *Rohstoffe (Rohware)*	z. B.	Frischfleisch, grobzerlegt, Frischgemüse, ungeputzt, Kartoffeln, ungeschält, Frischobst, lebende Fische
2. *Halbfabrikate*	z. B.	Kartoffelhalbfabrikate (Kloßmehl, Krokettenmehl, gefrorene Pommes frites), Gemüse- und Obstkonserven, Schlachtfleischhalbfabrikate (portioniertes Fleisch), Fischhalbfabrikate (Fischsticks, Fischschnitten, ausgenommene, garfertige Süßwasserfische), Teigwaren, Brandmassen, Blätterteig, Mürbeteig sowie weitere Halbfabrikate daraus
3. *Komponenten*	z. B.	Fleisch-Soße-Komponenten, Geflügelkomponenten, Gemüsebeilagen, Salatbeilagen, Sättigungsbeilagen, Soßen
4. *Speisen und Gerichte*	z. B.	Vorspeisen, Suppen, Eintöpfe, Eiergerichte, Fischgerichte

Eine Grundfrage für die Rationalisierung der Speisenproduktion in einer Küche ist, in welchem Umfang Lebensmittel als Rohstoffe selbst bearbeitet werden und welcher Teil als Arbeitsergebnis vorleistender Bereiche als Halbfabrikate und Speisenkomponenten in den eigenen Produktionsprozeß einfließt. Diese Entscheidung kann nur für jede einzelne Küche, ausgehend vom Typ der Verpflegungseinrichtung, vom Produktionsumfang, von den Liefermöglichkeiten und anderen objektgebundenen Gesichtspunkten, getroffen werden.

Ausgangsüberlegungen zur Rationalisierung der Speisenproduktion in einer Küche ergeben sich aus folgenden Grundsätzen:

1. Klare Zielbestimmung für die Rationalisierungsaufgabe und Festlegen der Teilziele, ausgehend von der Bedarfsentwicklung.

2. Vorbereitung und Durchführung der Rationalisierungsmaßnahmen für den Speisenproduktionsprozeß mit der Absatz- und Beschaffungsphase als Einheit.

3. Das Sortiment steht im Mittelpunkt.

4. Exakte Situationsanalyse nach Versorgungsaufgabe und Bedarfsentwicklung,
Sortimentsanalyse Absatz,
Sortimentsanalyse Produktion,

Sortimentsanalyse Beschaffung,
technologische Analyse,
ökonomische Analyse,
Analyse der Arbeits- und Lebensbedingungen.

5. Die Rationalisierung muß die Wirkung des Beschaffungssortiments auf den Produktionsprozeß beachten und die damit verbundenen Möglichkeiten der Kooperation voll nutzen.

6. Die Zentralisierung der Speisenproduktion im eigenen Betrieb (zentrale Vorbereitungsküche, Zentralküche und andere Formen zentraler Vorfertigung) bieten gute Rationalisierungsmöglichkeiten.

7. Die Rationalisierung muß den technologischen Gesamtprozeß in der Küche erfassen (Haupt- und Ergänzungsprozesse).

8. Schrittweise sind Endküchenlösungen anzustreben, wobei zu beachten ist, daß die verschiedenen Endküchenvarianten (Kombinationsendküche, Garendküche, Anrichteendküche) Grundvarianten sind, die weitere Ableitungen ermöglichen und erfordern.

9. Rationalisierung bedeutet auch eine tägliche exakte Arbeitsablaufplanung nach dem Produktionssortiment (Speisenplan, Produktionsprogramm).
Die *Produktionsstruktur einer Küche* wird zunächst durch die im Verpflegungssortiment anzubietenden Mahlzeiten und Kostformen bestimmt. Abgesehen von Spezialeinrichtungen (z. B. im Gesundheitswesen) sind das

Frühstück (Normalkost),
Mittagessen (Normalkost),
Abendessen (Normalkost),
energiearme (energiereduzierte) Kost,
fettarme Kost,
eiweißreiche Kost,
vegetarische Kost,
lakto-vegetabile Kost
(vegetarische Kost unter Einbeziehung
von Milcherzeugnissen),
Rohkost,
Kraftfahrerkost,
Kinderkost,
Schonkost,
Diabetikerkost,
Imbiß.

Die gesamte Palette dieser Mahlzeiten und Kostformen wird jedoch nur in einigen Verpflegungseinrichtungen bereitzustellen sein; in den meisten Küchen ist das Produktionssortiment enger und erfaßt speziell bei den verschiedenen Kostgruppen nur einen Teil. Ausgehend von diesen Mahlzeiten und Kostformen sind die zu produzierenden Speisenkomponenten, Speisen und Gerichte auszuwählen. Es gibt von ihnen Tausende, die zu überblicken schwer fällt und lange Berufspraxis und großes Wissen erfordern. Notwendig ist deshalb, für eine rationelle Speisenproduktion Arbeitsunterlagen zu schaffen, die auch Küchenpraktikern mit geringeren Berufserfahrungen ermöglichen, sich schnell und rationell zu orientieren und die Möglichkeiten bei der Verarbeitung von Lebensmitteln voll auszuschöpfen. Eine solche Hilfe sind zentral erarbeitete, *typenbezogene Sortimentskarteien* für Gaststätten und Rezepturenkarteien für die Gemeinschaftsverpflegung, die nach Bestwerten Rezepte für Bausteine des Speisensortiments und Finalprodukte enthalten.
Wichtig ist jedoch auch eine *Erzeugnissystematik*, die neben den Sortimentskarteien eine klare, eindeutige Einteilung ausgehend vom Finalprodukt darstellt. Ein Beispiel dafür stellt die folgende, den heutigen Erfordernissen rationeller Speisenproduktion angepaßte Systematik dar.

Erzeugnissystematik für Finalprodukte der Speisenproduktion

1. Vorspeisen, Imbisse, Zwischengerichte	kalte Vorspeisen, Imbisse, Zwischengerichte	Vorspeisencocktails, Cocktailbissen, Gebäcke und Krustenpasteten, Toasts und Schnitten, auf Eier- oder Käsebasis, auf Basis von Fisch, Krebsen oder Weichtieren, auf Basis von Geflügel oder Wild, auf Basis von Schlachtfleisch, auf Basis von Gemüsen oder Früchten, gemischte Vorspeisen oder Imbisse
	warme Vorspeisen, Imbisse, Zwischengerichte	Toasts und überbackene Schnitten, Spießchen, auf Basis von Eiern oder Käse, auf Basis von Fisch, Krebsen oder Weichtieren, auf Basis von Geflügel oder Wild, auf Basis von Schlachtfleisch, auf Basis von Gemüse oder Früchten, gemischte warme Vorspeisen, Imbisse oder Zwischengerichte
2. Suppen	warme Suppen	ungebundene Suppen (Brühen, Kraftbrühen, Brühsuppen, exotische Suppen), gebundene Suppen (einfache gebundene Suppen, legierte Suppen und Kremsuppen, Püreesuppen, braune Suppen, süße Suppen), Nationalsuppen

	kalte Suppen	kalte Kraftbrühen und gebundene kalte Suppen (kalte Kraftbrühen, kalte Rahmsuppen, kalte Püreesuppen), Kaltschalen und süße Suppen, kalte Nationalsuppen
3. Eintopfgerichte	Gemüseeintöpfe	
	Hülsenfruchteintöpfe	
	Teigwaren- und Nährmitteleintöpfe	
	Mischeintöpfe	
	Gabeleintöpfe	
4. Eiergerichte	gekochte Eier	weiche Eier, wachsweiche Eier, hartgekochte Eier
	verlorene (pochierte) Eier	
	gebratene Eier	Rühreier, Spiegeleier
	Eier im Näpfchen und gestürzte Eier	Eier im Näpfchen, gestürzte Eier
	gebackene Eier	
	Omeletts	
	Eierkuchen	
	Eierspeisenkomponenten aus Möwen- und Wachteleiern	
5. Gerichte aus Fischen, Krebsen und Weichtieren	Gerichte aus Seefischen	
	Gerichte aus Süßwasserfischen	
	Gerichte aus Krebsen	
	Gerichte aus Weichtieren	
	Gerichte aus Fischhackmasse	

6. Gerichte aus Geflügel	Gerichte aus Huhn
	Gerichte aus Broilern und Hähnchen
	Gerichte aus Ente
	Gerichte aus Gans
	Gerichte aus Pute
	Gerichte aus Taube
	Gerichte aus Geflügelklein
7. Gerichte aus Wild	Gerichte aus Hasenfleisch
	Gerichte aus Hirschfleisch
	Gerichte aus Rehfleisch
	Gerichte aus Wildschweinfleisch
	Gerichte aus Wildgeflügel
	Gerichte aus sonstigem Geflügel
8. Kurzgebratene Fleischgerichte	kurzgebratene und gegrillte Gerichte aus Schweinefleisch
	kurzgebratene und gegrillte Gerichte aus Rindfleisch
	kurzgebratene und gegrillte Gerichte aus Kalbfleisch
	kurzgebratene und gegrillte Gerichte aus Hammelfleisch
	kurzgebratene und gegrillte Gerichte aus Hackfleisch und Wurst
	kurzgebratene und gegrillte Gerichte aus Innereien

9. Fertige Fleischgerichte	fertige Fleischgerichte aus Schweinefleisch	Braten (großer Braten), Kochfleisch, Schmorkomponenten (Schmorfleisch)
	fertige Fleischgerichte aus Rindfleisch	Braten (großer Braten), Kochfleisch, Schmorkomponenten (kleine Schmorgerichte)
	fertige Fleischgerichte aus Kalbfleisch	Braten (großer Braten), gargezogene Komponenten, Schmor- und Dünstkomponenten
	fertige Fleischgerichte aus Hammelfleisch	Braten (großer Braten), Kochfleisch, kleine Schmorkomponenten
	fertige Fleischgerichte aus Kaninchenfleisch	
	fertige Fleischgerichte aus Hackfleisch	
	fertige Fleischgerichte aus Innereien	
10. Schonkost und sonstige Gerichte	Schonkost	allgemeine Schonkost, Leber- und Gallenschonkost, Nierenschonkost, Herz- und Kreislaufschonkost, Diabetikerkost
	sonstige Gerichte	sonstige Gerichte auf Gemüsebasis, sonstige Gerichte aus Teigwaren, Nährmitteln und Kartoffeln, sonstige Gerichte aus Quark und Käse, süße Gerichte
11. Kinderkost	Kleinkinderkost	warme Gerichte, kalte Gerichte
	Kinderkost	warme Gerichte, kalte Gerichte

12. Beilagen	Sättigungsbeilagen	Kartoffelbeilagen, Salate als Sättigungsbeilagen, Klöße und Knödel, Beilagen aus Teigwaren und Nährmitteln
	Gemüsebeilagen	
	Salatbeilagen	Frischkostsalate, Salate aus gegarten Gemüsen
	Soßen	warme Soßen (braune (dunkle) warme Soßen, weiße (helle) warme Soßen, aufgeschlagene (echte) warme Soßen) kalte Soßen (kalte Soßen, Buttermischungen und Chutneys)
13. Kalte Speisen auf Eierbasis	gefüllte Eier	
	Eierschnittchen und Soßeneier	
	Eiersalate und weitere Komponenten aus Eiern	
14. Kalte Speisen auf Fischbasis und aus Krebsen und Weichtieren	kalte Speisen auf Fischbasis	kalte Speisen auf der Basis von Seefischen, kalte Speisen auf der Basis von Süßwasserfischen
	kalte Speisen aus Krebsen und Weichtieren	
15. Kalte Speisen auf Geflügel- und Wildbasis	kalte Speisen auf Geflügelbasis	
	kalte Speisen auf Wildbretbasis	
16. Kalte Speisen auf Fleischbasis	belegte Brötchen und Schnitten	
	kalte Braten, Schnitzel und andere Fleischzubereitungen	
	Sülzen und Fleisch in Aspik	
	Fleisch- und Wurstsalate	
	Hackfleischzubereitungen und Wurst	

17. Kalte Speisen auf Käsebasis und aus Quark	kalte Speisen auf Käsebasis	
	kalte Speisen aus Quark	
18. Kalte Speisen auf Gemüsebasis und gemischte kalte Speisen	kalte Speisen auf Gemüsebasis	
	gemischte kalte Speisen	
19. Süßspeisen	kalte Süßspeisen	Fruchtsüßspeisen, Krems, Flammeris und Quarkspeisen u. a.
	warme Süßspeisen	Aufläufe, Puddings und andere warme Süßspeisen, Omeletts, Eierpfannkuchen und Schmarren, flambierte Früchte
20. Kompotte und Obstsalate	Kompotte	
	Obstsalate	

Das Anwenden einer einheitlichen Erzeugnissystematik trägt zur Rationalisierung der Speisenproduktion bei. Es ermöglicht u. a., nach sowjetischem Vorbild den Speisenumsatz nicht nur wertmäßig, sondern auch materiell, mengenmäßig zu planen. Eine *mengenmäßige Planung* nach Artikelgruppen oder sogar weiter unterteilt ergibt wertvolle Schlußfolgerungen für die Vorausberechnung auf dem Gebiet der Speisenproduktion und zugleich für eine exaktere Abrechnung der Ergebnisse der Speisenproduktion und ihrer Versorgungswirksamkeit. Ansätze dazu, schrittweise die ausschließlich wertmäßige Planung des Speisenumsatzes zu ergänzen, sind auch bei uns vorhanden. Diese können weiter ergänzt und verbessert werden nach den Artikelgruppen, Gruppen und Untergruppen der Erzeugnissystematik für die Speisenproduktion. Das schließt auch – ebenfalls nach sowjetischem Beispiel – das Bestimmen von Umrechnungsgrößen beim Einsatz von küchenfertigen Halbfabrikaten anstelle von Rohstoffen ein. Somit können auch die Anforderungen an die vorleistenden Bereiche der gesellschaftlichen Speisenwirtschaft konkreter gestellt werden.
Damit in Zusammenhang stehen bei der Rationalisierung der Speisenproduktion die Maßnahmen zur *Gütesicherung* für die unterschiedlichen Erzeugnisse. Das setzt voraus, exakte Merkmale für die Qualitätsbestimmung von Erzeugnissen der Speisenproduktion unabhängig von der Art der Produktionseinrichtung (Endküche, ZVK, Zentralküche, industriemäßige Produktion) festzulegen. Es kann dabei davon ausgegangen werden, daß die *Qualität eines Erzeugnisses der gesellschaftlichen Speisenwirtschaft* die Gesamtheit der Erzeugniseigenschaften ist, die dessen Eignung für die Speisenproduktion und Verpflegungsleistung bestimmen. Kriterien für die Güte sind dabei
Nährwert und chemische Zusammensetzung,

Genußwert (Geschmack,
Konsistenz, Geruch,
Aussehen, Temperatur),

hygienischer Wert (gesundheitliche Unbedenklichkeit).
Sie sind besonders für die Prüfung zu konkretisieren und leicht, aber exakt anwendbar für die Küchenpraxis zu gestalten.
Dabei kann allerdings die Unterschiedlichkeit der produzierenden Einrichtungen und die zunehmende Bedeutung neuer Verfahren, die zur Rationalisierung und Verbesserung der Versorgung beitragen, nicht übersehen werden. Ein solches sich rasch durchsetzendes Verfahren ist das *Kühlkostverfahren,* das ermöglicht, Speisenkomponenten nach herkömmlichen Methoden zuzubereiten und nach einer Schrittfolge der Abkühlung in entsprechender Verpackung kurzfristig (Haltbarkeitsgrenze in Abhängigkeit von der Art der Kühlkost) lagerfähig zu machen. Das gestattet, Produktionskapazitäten besser zu nutzen, da durch dieses Verfahren eine Trennung von Produktion und Absatz erlaubt wird. Die verschiedenen Arten der Kühlkost, wie
Einzelportionsbeutel in Plastfolie,
Mehrportionsbeutel in Plastfolie,
Menü-Therm-Einzelportionen,
Menü-Therm-Mehrportionen,
führen unter Beachtung der dafür festgelegten Produktions- und Behandlungsbestimmungen zur Rationalisierung der Speisenproduktion. Bei der Rationalisierung der Speisenproduktion sind bisher gute Erfolge erreicht worden, die dazu beigetragen haben, die Produktion zu entwickeln, die Arbeitsproduktivität zu steigern und die Versorgung zu verbessern. Sie werden zielstrebig in den nächsten Jahren weitergeführt mit dem Ziel, die Grundsätze der sozialistischen Rationalisierung für die Speisenproduktion unter dem Blickpunkt

Verbesserung der Versorgung,
Senkung des Aufwandes,
Verbesserung der Arbeits- und Lebensbedingungen

in jeder Küche und anderen speisenproduzierenden Einrichtungen noch besser zu verwirklichen.



1. Vorspeisen, Imbisse, Zwischengerichte

1.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Vorspeisen, Imbisse, Zwischengerichte

Vorspeisen sind leicht verdauliche, appetitanregende Speisen in kleinen Portionen, die eine Speisenfolge einleiten sollen. Sie sind die «Ouvertüre» für ein kulinarisches Erlebnis. Deshalb müssen sie das Folgende vorbereiten und Magen und Sinne richtig einstimmen. Sie sollen anregen, aber nicht sättigen. Damit ist bereits ein wichtiger Grundsatz für die Zusammenstellung und Zubereitung gegeben. Gleichzeitig ergibt sich, daß eine Vorspeise Auge und Gaumen in gleichem Maße ansprechen, also sehr sorgfältig abgeschmeckt und angerichtet werden muß. Da eine Vorspeise eine «Einführung» ist und mit den nachfolgenden Speisen harmonieren muß, ist eine große Vielfalt notwendig und auch möglich. Nahezu alle Lebensmittel können für Vorspeisen verwendet werden. Deshalb sind auch der Phantasie bei der Zusammenstellung und Zubereitung keine Grenzen gesetzt; die Zahl der Vorspeisen ist unbegrenzt, ständig ist mit neuartigen Varianten zu rechnen. Sie können als kalte oder warme Vorspeisen angeboten werden. Wichtig ist für jede Vorspeise das Einhalten folgender *Grundregeln:*

Würziges und damit herzhaftes Abschmecken.

Kleine Portionen in der sich der anschließenden Speisenfolge angemessenen Menge geben.

Nur leichte, nicht sättigende Speisen als Vorspeisen verwenden.

Appetitlich mit gut abgestimmtem, ins Auge fallendem Farbspiel anrichten.

Auf einen besonderen, attraktiven Charakter bei Zusammenstellung und Zubereitung achten.

Sorgfältig temperieren, also kalte Vorspeisen gut gekühlt und warme Vorspeisen heiß servieren.

Der Nährwert sollte 837 kJ (200 kcal) nicht überschreiten, hoher Eiweiß- und Vitamingehalt ist anzustreben.

Vorspeisen sind auch für *Schonkost* unter Beachtung der grundlegenden Anforderungen für die verschiedenen Schonkostformen nach den genannten Grundregeln zusammenzustellen und herzustellen. Zu beachten ist, daß neben den klassischen Vorspeisen zunehmend Frischkost und Gemüsecocktails oder auch Gemüsesäfte als Einleitung eines Menüs gegeben werden.

Die Entwicklung unserer Eßgewohnheiten führt immer mehr zu *Zwischenmahlzeiten*, die

zwischen den Hauptmahlzeiten Frühstück, Mittag- und Abendessen verzehrt werden. Diese Zwischenmahlzeiten werden auch als Imbiß bezeichnet. Vielfach werden dafür von den Gästen Speisen der Gruppe Vorspeisen verzehrt. Das ergibt sich daraus, daß Zusammenstellung und Zubereitung von Zwischenmahlzeiten und Vorspeisen oft gleichartig sind. Der Imbiß soll leicht, vitamin- und eiweißreich sein, um den menschlichen Organismus nicht zu stark zu belasten und ihm aber doch rasch Energie zuführen. Die Ernährungsrichtwerte liegen deshalb unter denen der Hauptmahlzeiten, aber leicht über denen der Vorspeisen. Das kommt meist in etwas größeren Portionen zum Ausdruck. Deshalb wird der Imbiß, soweit er aus Vorspeisen abzuleiten ist, mit in diesem Abschnitt behandelt. In der weiteren Gliederung wird zwischen kalten und warmen Vorspeisen unterschieden.
Für die Stellung der Vorspeisen in einer Speisenfolge ist es üblich, daß kalte Vorspeisen vor der Suppe und warme Vorspeisen meist nach der Suppe gegeben werden. Die letzteren sind demnach eigentlich Zwischengerichte. Vielfach wird auch auf die Suppe verzichtet, wenn eine Vorspeise gereicht wird.

1.2. Kalte Vorspeisen

Die kalten Vorspeisen sind bei uns verbreiteter als die warmen. Es gibt sehr viele Grundzubereitungen und Varianten. Auf den folgenden Seiten wird eine Auswahl nach der Gliederung

Vorspeisencocktails,
Cocktailbissen,
Pasteten und andere Gebäcke,
Toasts und Schnitten (Canapés),
Vorspeisen auf Eierbasis und Käsebasis,
Vorspeisen aus Fischen, Krebsen und Weichtieren,
Vorspeisen aus Geflügel und Wild,
Vorspeisen aus Schlachtfleisch,
Vorspeisen aus Früchten und Gemüse,
gemischte Vorspeisen

wiedergegeben.

1.2.1. Vorspeisencocktails

Cocktail ist eigentlich die Bezeichnung für ein Bargetränk. Darunter wird eine Gruppe von Mischgetränken sehr unterschiedlicher Zusammensetzung verstanden, die sich durch einen würzigen Geschmack auszeichnen. In diesem Sinne ist der Begriff auch auf Erzeugnisse der Küche übertragen worden. Vorspeisencocktails sind elegante und rassige Vorspeisen, die den Appetit anregen. Sie werden in Gläsern angerichtet, vor allem werden dafür Sektkelche oder andere Kelchgläser bevorzugt. Besser sind jedoch breite Gläser, aus denen sich die Vorspeise leichter verzehren läßt. Die *Grundzubereitung* ist für alle Vorspeisencocktails gleich. Die zerkleinerten Zutaten werden in das Cocktailglas gegeben und mit einer sog. Cocktailsoße übergossen. Als *Beilage* wird meist Toast gegeben. Jedoch kann auch darauf verzichtet werden, um den Magen nicht von vornherein zu stark zu belasten. Aus dem gleichen Grunde sollte die traditionelle Cocktailsoße auf der Basis der Mayonnaise, die pikant abgeschmeckt wird, durch leichtere, weniger energiereiche Cocktailsoßen ersetzt werden.



Austern-Cocktail

Entbartete Austern im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Tomatenketchup, fein geriebenem Meerrettich und Pepper-Sauce übergießen (anstatt Pepper-Sauce kann auch Pfeffer verwendet werden).

Broiler-Cocktail

Siehe Geflügel-Cocktail.

Champignon-Cocktail I

Gedünstete, in Scheiben geschnittene Champignons mit Würfeln von abgezogenen Tomaten im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Mayonnaise, Weißwein und feinen Paprikastreifen übergießen.

Champignon-Cocktail II

Gedünstete, in Scheiben geschnittene Champignons in Zitronensaft marinieren, im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Joghurt, gehacktem Eigelb und Zitronensaft sowie gehackter Petersilie übergießen.

Cocktail aus Meeresfrüchten

Streifen von gegartem Tintenfisch, Thunfisch sowie Muscheln und Gewürzgurkenwürfel vermengen. Mit einer Cocktailsoße aus Mayonnaise, Kondensmilch und Tomatenmark übergießen und mit gehackten Erdnüssen oder mit Mandelsplittern bestreuen.

Fruchtcocktail

In Zitronensaft marinierte Apfelwürfel sowie Orangenstückchen und Weintrauben im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Läuterzucker, Weißwein, Zitronensaft und einem Spritzer Likör übergießen.

Geflügel-Cocktail

Würfel von gegartem Geflügelfleisch mit Zitronensaft und Worcestersoße marinieren, im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Mayonnaise oder Joghurt, Kondensmilch, Tomatenketchup und einem Spritzer Weinbrand übergießen. Mit gehackter Petersilie und Zitronenachtel garnieren.

Geflügel-Cocktail mit Champignons

In einem Cocktailglas Salatjulienne geben, darauf Geflügelklößchen, Champignonscheiben und Ananasraspeln geben und mit einer Cocktailsoße aus Mayonnaise oder Joghurt, Curry und Orangensaft übergießen.

Geflügel-Cocktail mit Orangen und Selleriestreifen

Streifen von gegartem Geflügelfleisch mit Zitrone und Worcestersoße marinieren, mit Orangenstückchen und Streifen von gedünstetem Sellerie im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Joghurt und Paprikamark übergießen.

Grapefruit-Cocktail

Grapefruitfilets in Stücke schneiden, in ein Cocktailglas geben und mit einer Cocktailsoße aus Tomatenketchup, Mayonnaise, Weinbrand und Curry übergießen.

Herings-Cocktail

Streifen von gewässertem und entgrätetem Salzhering in eine Weißweinmarinade mit gehackten Kräutern einlegen, mit Gewürzgurkenstreifen trocken im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus einem Teil der Weißweinmarinade, Mayonnaise und feinen Streifen von mariniertem Paprika übergießen. Mit Zitronenachteln garnieren und mit Salatjulienne bestreuen.

Hummer-Cocktail

Dosenhummer zerpflücken und mit Zitronensaft marinieren, im Cocktailglas mit Champignons anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Tomatenketchup, Mayonnaise und einem Spritzer Weinbrand übergießen.

Kalbfleisch-Cocktail

Würfel von gegartem Kalbfleisch mit Zitronensaft und Worcestersoße marinieren, im Cocktailglas mit Apfelwürfeln und Selleriewürfeln auf Salatjulienne anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Joghurt oder Mayonnaise, Zitronensaft und feingeriebenem Meerrettich übergießen.

Krabben-Cocktail I

Krabbenfleisch marinieren, im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Essig, Öl, Kapern, gehackten Kräutern und gehacktem Eigelb und Pepper-Sauce übergießen (anstatt Pepper-Sauce kann Pfeffer verwendet werden).

Krabben-Cocktail II

Krabbenfleisch mit Orangensaft marinieren, im Cocktailglas mit Orangenstückchen auf Salatjulienne anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Tomatenketchup, Kondensvollmilch, Curry und einem Spritzer Weinbrand übergießen.

Krabben-Cocktail III

Krabbenfleisch mit Zitronensaft marinieren, im Cocktailglas mit Bananenscheiben anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Joghurt, Zitronensaft, Pfeffer, Senf und etwas Zucker übergießen.

Krebsschwanz-Cocktail

Siehe Krabben-Cocktail.

Langusten-Cocktail

Konserviertes Langustenfleisch in Grapefruitsaft marinieren, im Cocktailglas mit Streifen von Grapefruit oder Orange anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Tomatenketchup, Mayonnaise, Grapefruitsaft und einem Spritzer Weinbrand sowie etwas Worcestersoße übergießen.

Makrelen-Cocktail

Konserviertes Makrelenfilet zerpflücken und mit Gewürzgurkenwürfeln und feinen Zwiebelwürfeln vermengen. Im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Joghurt, Tomatenketchup, Dessertwein, Worcestersoße und Zitronensaft übergießen. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Matjes-Cocktail

Matjesheringsfilet in Streifen schneiden und mit Streifen von Salatgurke und säuerlichen Äpfeln vermengen. Mit Zwiebelwürfeln im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Joghurt, saurer Sahne, gehacktem Dill, Apfelmus und Schnittlauch übergießen. Mit Eischeiben garnieren.

Melonen-Cocktail

Würfel von Melonenfleisch in Dessertwein einlegen, im Cocktailglas mit Kopfsalatstreifen anrichten und mit einer Cocktailsoße aus püriertem Melonenfleisch, Zitronensaft, Joghurt und Tomatenketchup übergießen.

Muschel-Cocktail

Gegarte und erkaltete Muscheln auf Streifen von mariniertem Gemüsepaprika im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Mayonnaise, Tomatenketchup und Worcestersoße übergießen.



Paprika-Cocktail

Gesäuberte Gemüsepaprika in Julienne schneiden und mit Essig, Zucker und Salz marinieren. Im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Joghurt, Zitronensaft und Paprikamark übergießen.

Putenfleisch-Cocktail

Siehe Geflügel-Cocktail.

Scampi-Cocktail

Siehe Krabben-Cocktail.

Thunfisch-Cocktail

Thunfisch aus der Konserve zerpflücken und mit feinen Würfeln von Gewürzgurke, roten Rüben und mit körnig gekochtem Reis vermengen. Im Cocktailglas anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Joghurt, Zitronensaft und Pepper-Sauce übergießen. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Thunfisch-Tomaten-Cocktail

Thunfisch aus der Dose zerpflücken und mit Grüne-Bohnen-Stückchen (sauer eingelegt), Zwiebel- und Tomatenwürfeln vermengen. Im Cocktailglas auf Kopfsalatstreifen anrichten und mit einer Cocktailsoße aus Tomatenketchup, Joghurt und Zitronensaft übergießen.

Tomatencocktail I

Geschälte Tomaten würfeln und mit Essig, Öl, Salz und Pfeffer marinieren. Im Cocktailglas auf Kopfsalatstreifen anrichten und mit einer Cocktailsoße aus saurer Sahne und fein geriebenem Meerrettich übergießen, mit gehacktem Dill bestreuen.

Tomatencocktail II

Frische Tomaten pürieren und mit Salz, Pepper-Sauce (oder Pfeffer) und Zitronensaft sowie etwas Tomatenketchup vermischen. Gut kühlen, im Cocktailglas anrichten und mit fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen.

1.2.2. Cocktailbissen

Cocktailbissen sind der typische Imbiß zu Cocktail-Parties. Es sind kleine, appetitliche Häppchen, die man so nebenher zum Cocktail verzehren kann. Deshalb müssen sie mit geringem Aufwand, also ohne Messer und Gabel zu essen sein. Als Beigabe machen sie den Cocktail bekömmlicher und müssen deshalb so zusammengestellt sein, daß sie damit harmonieren. Schon aus diesem Grund hat sich eine große Zahl verschiedener Rezepte für Cocktailbissen herausgebildet. Außerdem eignen sich fast alle Lebensmittel, richtig miteinander kombiniert, für Cocktailbissen. Alle Cocktailbissen bestehen aus einem Sockel, dem Belag, der Garnitur.

Die kleinen *Sockel* sind in Vierecke, Rhomben oder in andere Formen geschnittene oder rund ausgestochene Stücke von Weißbrottoast, Graubrot, Pumpernickel, einem Gemüse (z. B. gekochter, marinierter Sellerie), Apfel, Schnittkäse oder von einem anderen Lebensmittel. Der *Belag* kann sehr unterschiedlich ausgewählt werden. *Garnitur* ist meist eine Frucht (z. B. eine Kirsche, eine Mandarinenspalte), ein Champignonkopf oder dergleichen. Meist werden die Cocktailbissen durch ein Spießchen zusammengehalten, das sowohl zum Abheben von der Platte als auch zum Anfassen beim Verzehr dient.

An Cocktailbissen sind folgende Grundforderungen zu stellen:

kleine, zierliche und appetitliche Gestaltung,
Beachtung des Farbspiels beim Anrichten,
pikanter und würziger Geschmack.

Cocktailbissen werden jedoch nicht nur zum Cocktail gereicht, sondern haben sich auch als Vorspeisen durchgesetzt (man gibt je Portion zwei verschiedene) und sind ebenfalls für Kalte Büfetts beliebt.

Champignon-Cocktailbissen

Trockenen und festgehaltenen Champignonsalat auf gebuttertem Weißbrotsockel, Garnitur ausgestochene Pökelzunge.

Eier-Cocktailbissen

Halbiertes, ausgestochenes Ei oder Eischeiben auf gebuttertem, mit geschnittenem Schnittlauch bestreuten Graubrotsockel, Garnitur ausgestochener, marinierter, roter Gemüsepaprika oder Sardellenring.

Geflügel-Cocktailbissen

Würfel von gegartem Geflügel auf Sockel von Apfel, Melone oder einen anderen Sockel mit Garnitur von Ananas oder Kirsche spießen.

Geflügelkrem-Cocktailbissen

Dicke Scheibe Geflügelkrem aus der Dose auf gebuttertem Sockel von Weißbrottoast, Garnitur ausgestochener, marinierter, roter Gemüsepaprika oder Kirsche bzw. Orangenstück.

Gervais-Cocktailbissen

Dicke Scheibe von Gervais auf Sockel von Pumpernickel, Garnitur Radieschenscheibe.

Käse-Cocktailbissen

Schnittkäsewürfel auf Sockel von gebuttertem Pumpernickel, Garnitur Champignonkopf oder Kirsche bzw. andere Frucht.

Räucherfisch-Cocktailbissen

Entgräteter Räucherfisch auf Sockel von Apfel oder gedünstetem Sellerie, Garnitur Zitrone.
(Wird auch als Räucherfischtoast zubereitet.)

Roastbeef-Cocktailbissen

Kleines, mit Sahnemeerettich gefülltes Roastbeefröllchen auf Sockel von gebuttertem Weißbrottoast, Garnitur Deligurke oder Champignonkopf.

Salami-Cocktailbissen

Dicke, ausgestochene Salamischeibe auf mit Kräuterbutter bestrichenem Graubrotsockel, Garnitur Deligurke, marinierter Gemüsepaprika oder Tupfer von Eigelbkrem.

Schinken-Cocktailbissen I

Kleine Tasche von gekochtem Schinken mit Gemüsesalat auf gebuttertem Graubrotsockel, Garnitur Deligurke.

Schinken-Cocktailbissen II

Kleine Tüte von rohem Schinken, gefüllt mit Senf-Pickles, auf gebuttertem Graubrotsockel, Garnitur Champignonkopf.

Schinken-Cocktailbissen III

Kleine Tüten von rohem oder gekochtem Schinken, gefüllt mit Käsesalat, angerichtet auf gebuttertem Weißbrotsockel, Garnitur Fächer von Deligurke oder ausgestochenem, mariniertem, grünem Gemüsepaprika.



Tatar-Cocktailbissen

Kleines Bällchen gewürztes Tatarfleisch auf gebuttertem Graubrotsockel, Garnitur Sardellen oder ersatzweise Deliheringsröllchen mit Kapern.

Tomaten-Cocktailbissen

Tomatenscheibe (mariniert) auf dick mit Eigelbkrem bestrichenem Graubrotsockel, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreut.

Zungen-Cocktailbissen

Kleine mit Lebermus gefüllte Tasche von gepökelter Zunge auf gebuttertem Sokkel von Weißbrottoast, Garnitur Champignonkopf, Spargel, Mandarinenspalte oder Orangenstück.

1.2.3. Gebäcke und Krustenpasteten

Eine Gruppe kalter Vorspeisen sind die kleinen Gebäcke, teilweise auch warm gereicht, und Scheiben von Krustenpasteten.
In etwas größeren Portionen werden sie auch als Imbiß für eine Zwischenmahlzeit gegeben. Sie sind eine beliebte Beigabe zu Getränken und auch im Sortiment für Kalte Büfetts zu verwenden. Die Gruppe Gebäcke und Krustenpasteten besteht aus einer Vielzahl unterschiedlicher Artikel aus Blätterteig, Pastetenteig, Brandteig oder ungesüßtem Hefeteig mit verschiedenartigen Füllungen. Die Grundzubereitungen lassen sich nach Bedarf und zur Verfügung stehenden Rohstoffen sehr stark variieren. Es lassen sich folgende *Grundzubereitungen* für diese Gruppe feststellen:

Blätterteigstäbchen oder -schnitten,
Halbmondpastetchen,
Blätterteigpastetchen und Krapfen,
Schiffchen und Tartelettes,
Blitzkuchen,
Biskuitrouladen,
Pasteten in der Teigkruste.

1.2.3.1. Blätterteigstäbchen und -schnitten

Blätterteigstäbchen oder -schnitten können sowohl als kalte wie auch als warme Vorspeise gegeben werden. Sie sind auch unter der französischen Bezeichnung *Allumettes* bekannt. Die *Grundzubereitung* besteht darin, Blätterteig dünn (etwa 3 mm) auszurollen, danach die Füllung aufzustreichen und Streifen in der für die Stäbchen vorgesehenen Breite und Länge zu schneiden. Danach rasch im Ofen backen. Schnitten werden meist mit einer weiteren Schicht Blätterteig abgedeckt, während Stäbchen häufig offen gebacken werden. Es hat sich auch bewährt, die Füllung erst nach dem Backen der Stäbchen aufzustreichen und entsprechend zu garnieren; dadurch wird verhindert, daß sie durch die Hitzeeinwirkung beim Backen unnötig austrocknet oder scharf wird.

Geflügelstäbchen

Blätterteig mit einer Geflügelfarce bestreichen, Streifen in der gewünschten Stäbchengröße schneiden und rasch im Ofen backen. Erkalten lassen und mit Champignonscheiben und Tomate oder mariniertem, rotem Gemüsepaprika garnieren.

Käsestäbchen

Blätterteig mit einer saftigen Käsefarce bestreichen, Streifen in gewünschter Stäb-

chen- oder Schnittengröße schneiden und rasch im Ofen backen. Erkalten lassen und garnieren.

Pikante Blätterteigstäbchen

Blätterteig dünn ausrollen, Streifen in der gewünschten Stäbchen- oder Schnittengröße schneiden und rasch backen. Erkalten lassen und mit einer pikanten Farce bestreichen oder mit Käsekrem spritzen und garnieren.

Räucherfischstäbchen

Blätterteig dünn ausrollen, mit einer pikanten Räucherfischfarce bestreichen und mit Räucherfischstückchen belegen, Streifen in der gewünschten Stäbchen- oder Schnittengröße schneiden und rasch im Ofen b ken.

Sardellenstäbchen

Blätterteig dünn ausrollen, mit Sardellenpaste bestreichen, in die gewünschte Stäbchen- oder Schnittengröße schneiden und rasch backen. Nach dem Erkalten noch mit Sardellenfilets oder Ringen belegen.

Tomatenfischstäbchen

Blätterteig dünn ausrollen, mit einer Farce aus Tomatenfisch (aus der Dose) bestreichen, Streifen in der gewünschten Stäbchen- oder Schnittengröße schneiden und rasch backen. Nach dem Erkalten mit Tomatenketchup überglänzen. Es kann für die Farce auch ein anderer in einer pikanten Soße konservierter Fisch verwendet werden.

1.2.3.2. Halbmondpastetchen

Halbmondpastetchen werden aus Blätter- oder Hefeteig, der ungesüßt ist, zubereitet. Sie sind auch unter der fachfranzösischen Bezeichnung *Rissolés* bekannt. Die *Grundzubereitung* besteht darin, den Teig dünn auszurollen, runde Teile auszustechen, auf deren eine Hälfte mit dem Spritzbeutel oder Löffel etwas Fülle gegeben wird. Danach die andere Hälfte über die Fülle klappen, so daß Halbmonde entstehen – die Ränder vorher etwas anfeuchten, damit sie kleben –, und die Ränder andrücken. Anschließend die Pasteten in Fett backen. Häufig werden sie aber auch im Ofen gebacken. In der Sowjetunion sind Halbmondpasteten aus Hefeteig oder einem leichten Pastetenteig, die etwas größer sind als die als Vorspeisen gereichten Halbmondpasteten, mit sehr unterschiedlichen pikanten oder süßen Füllungen besonders beliebt. Sie heißen *Piroggen.*

Halbmondpastetchen mit Fischfüllung

Blätterteighalbmonde mit einer Füllung aus zerkleinertem Fisch in Tomate (aus der Dose) füllen (Füllung saftig halten) und in Fett backen.

Halbmondpastetchen mit Fisch und Gemüse

Blätterteighalbmonde mit einer Füllung aus zerpflücktem Räucherfisch, mit verschiedenen Gemüsen vermengt und mit einer hellen Soße gebunden. Pastetchen in Fett backen oder auf dem Blech im Ofen backen.

Halbmondpastetchen mit Geflügel

Blätterteighalbmonde, gefüllt mit einem dick gehaltenen, feinwürfligen Geflügelragout mit Champignons. Pastetchen in Fett backen.

Halbmondpastetchen mit Geflügelleber

Blätter- und Hefeteighalbmonde, gefüllt mit einer Geflügelleberfarce (vermengt mit Leberwürfeln und mit Weinbrand abgeschmeckt), in Fett oder im Ofen backen.



Halbmondpastetchen mit Krabben (oder Garnelen)

Blätterteighalbmonde, gefüllt mit einem dick gehaltenen pikanten Krabbenragout. In Fett gebacken oder im Ofen auf dem Blech gebacken.

Halbmondpastetchen mit Spinat

Blätterteig- oder Hefeteighalbmonde mit einer Spinatfüllung aus püriertem Spinat und angebratenen Schinkenwürfeln und in Fett oder im Ofen gebacken.

Halbmondpastetchen mit Tomatenfleisch

Blätterteig- oder Hefeteighalbmonde mit einer Füllung aus Hackfleisch und Tomatenwürfeln oder Tomatenmark und in Fett oder im Ofen gebacken.

1.2.3.3. Blätterteigpastetchen und Krapfen

Beliebte Vorspeisen sind auch kleine Pasteten. Blätterteigpastetchen werden rund, oval, viereckig oder in einer anderen Form hergestellt und hohl gebacken. Französisch werden sie auch als *Bouchées* bezeichnet. Als Vorspeise gibt man eine und als Imbiß zwei Pastetchen, letztere meist mit unterschiedlichen Füllungen. Krapfen werden aus Brandteig abgestochen und in Fett gebacken oder auch als kleine Windbeutel aus Brandteig auf ein Blech gespritzt und im Ofen gebacken. Nach dem Erkalten werden sie aufgeschnitten und gefüllt, mitunter noch mit einer Soße oder Aspik nappiert. Fachfranzösisch werden diese Krapfen oder kleinen Windbeutel als *Duchesses* bezeichnet.
Blätterteigpastetchen oder Krapfen können auch als warme Vorspeisen gereicht werden, dann wird meist ein Ragout als Fülle verwendet und mit einer Decksoße überzogen (z. B. holländische Soße, dickflüssige Rotweinsoße).

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Champignons

Pastetchen oder Krapfen mit einem pikant abgeschmeckten Champignonsalat füllen, mit einer Joghurtmayonnaise nappieren und mit ausgestochenem, mariniertem, rotem Gemüsepaprika oder Tomate garnieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Ei

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit etwas Gemüsesalat füllen, darauf ein verlorenes Ei geben und mit einer Tomatenmayonnaise nappieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Eiersalat

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit einem Eiersalat, mit Champignons und Schinkenstreifen füllen, mit Tomate oder Streifen von mariniertem, rotem Gemüsepaprika garnieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Fischcocktail

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit einer Füllung aus zerkleinertem Dosenfisch (z. B. Hering in Tomate, Makrele in Weintunke), dessen Soße mit etwas saurer Sahne oder Joghurt aufmontiert und pikant abgeschmeckt wurde, füllen und mit Champignonscheiben garnieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Geflügel

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit einer feinen Geflügelfarce füllen, mit Geflügelfleischstreifen und Olive garnieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Gemüsesalat

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit einem saftigen Gemüsesalat aus Möhre, jungen Erbsen, Sellerie, Delikateßgurke füllen, mit einer Kräutermayonnaise überziehen und mit Streifen von Pökelzunge garnieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Käsesalat

Blätterteigpastetchen oder Krapfen gefüllt mit einem pikanten Käsesalat aus Schnittkäse mit Kapern und Delikateßgurke und einer leichten Salatmayonnaise. Mit Champignons und Streifen von rotem, mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Krabben (oder Garnelen)

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit einem Krabbensalat füllen, mit einer leichten Sulzmayonnaise nappieren und mit Mandarinenspalten und einer Kirsche garnieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Pökelzunge

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit einer feinen Farce aus Pökelzunge füllen und mit Pökelzungenstreifen und Mandarinenspalten oder Champignons garnieren, mit Aspik nappieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Schinkenmus

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit einem pikanten Schinkenmus aus gekochtem Schinken füllen, mit Aspik nappieren und garnieren.

Blätterteigpastetchen oder Krapfen mit Tomate und Ei

Blätterteigpastetchen oder Krapfen teilweise mit angeschwitzten Tomatenwürfeln füllen, darauf ein verlorenes Ei geben, mit Sulzmayonnaise nappieren und mit Sardellenringen und Delikateßgurke garnieren.

1.2.3.4. Blitzkuchen (Eclairs)

In Stangenform auf ein Blech gespritzter Brandteig, im Ofen gebacken und nach dem Erkalten aufgeschnitten und gefüllt. Fachfranzösisch werden sie als *Eclairs* oder *Carolines* bezeichnet, sie sind jedoch kleiner als die als süßes Gebäck bekannten Eclairs. Als Füllung dient meist ein Schaumbrot oder ein pikantes Mus, aber auch ein fest gehaltener und pikant abgeschmeckter Salat. Danach werden sie mit einer Sulzsoße oder Aspik überglänzt und garniert, beim Überglänzen mit Aspik wird die Garnitur vorher aufgelegt.
Weitere Angaben und Beispiele für die Füllung von Blitzkuchen siehe Blätterteigpastetchen und Krapfen.

1.2.3.5. Schiffchen oder Tartelettes (Torteletten)

Schiffchen oder Tartelettes werden aus ungesüßtem Mürbteig oder einem leichten Pastetenteig blind gebacken. Fachfranzösisch werden sie als *Barquettes* und *Tartlettes* bezeichnet. Für beide ist auch die Fachbezeichnung Frivolités oder Frivolitäten üblich. Schiffchen und Tartelettes unterscheiden sich nur durch die Form. Nach dem Backen und Erkalten werden sie mit Schaumbrot oder einem Feinkostsalat oder mit anderen pikanten Füllungen



versehen, garniert und meist mit Aspik überglänzt. Die Schiffchen und Tartelettes sind erst kurz vor dem Anrichten zu füllen, damit die Füllung die Gebäckkruste nicht aufweicht.
Weitere Angaben und Beispiele für Füllungen siehe 1.2.3.3. Blätterteigpastetchen und Krapfen.

1.2.3.6. Biskuitrouladen

Biskuitrouladen, auch nur kurz als Rouladen bezeichnet, werden aus einem ungesüßten Biskuitteig hergestellt, indem dieser rasch gebacken, noch warm mit einer Fülle bestrichen und als Roulade zusammengerollt wird. Nach dem Erkalten in Scheiben schneiden, anrichten und garnieren. Die Füllung darf nicht zu trocken gehalten werden. Es ist auch üblich, die Rouladen noch mit Aspik zu überglänzen oder mit einer kalten Sulzsoße zu überziehen.

Geflügelroulade

Auf die noch warme Biskuitplatte eine feine Geflügelfarce, mit Champignons vermischt, streichen, rollen und rasch durchkühlen.
In Scheiben schneiden, garnieren mit Tupfen von Geflügelfarce und roter Kirsche.

Käseroulade

Auf die noch warme Biskuitplatte eine Käsekrem, die mit einer hellen Soße hergestellt und mit Würfeln von rotem, mariniertem Gemüsepaprika und Kapern sowie Würfeln von Delikateßgurke vermischt ist, streichen, rollen und rasch durchkühlen. In Scheiben schneiden, mit Käsekrem und Delikateßgurke garnieren.

Lachsroulade

Auf die noch warme Biskuitplatte eine Lachsfarce streichen, rollen und rasch durchkühlen. In Scheiben schneiden und mit Lachsfarce und Olivenscheiben garnieren.

Pikante Fischroulade

Auf die noch warme Biskuitplatte eine pikante Fischfarce, die mit Kapern, Würfelchen von Gemüsegurke und Paprika vermengt ist, streichen, rollen und rasch durchkühlen. In Scheiben schneiden, mit Fischfarce und Eigelbtupfen garnieren.

Sardinenroulade

Auf die noch warme Biskuitplatte eine Sardinenfarce streichen (mit Sardellenpaste abgeschmeckt), rollen und rasch durchkühlen. In Scheiben schneiden und mit Sardinenstreifen und Tupfen von Tomatenketchup garnieren.

1.2.3.7. Pasteten in der Teigkruste

Als Vorspeise werden von Krustenpasteten nur dünne Scheiben oder auch halbe Scheiben, die ansprechend garniert sind, gereicht. Beispiele für Krustenpasteten siehe unter 13. bis 18. Kalte Speisen.
Eine Sonderstellung unter den Gebäcken, die als kalte Vorspeise gereicht werden können, nehmen die *Petits fours* ein. Sie werden nur noch selten zubereitet und nach dem gleichen Grundprinzip wie die als Süßspeise oder kleine süße Näschereien beliebten Petits fours

hergestellt. Für die als Vorspeisen gedachten Petits fours werden die Kapseln jedoch aus einer ungesüßten Masse gebacken, danach mit einer pikanten Füllung bestrichen, zusammengesetzt und in die gewünschte Größe geschnitten. Danach wird mit einer Sulzsoße und Aspik überzogen und mit einer kleinen Garnitur garniert. Beliebt sind vor allem Füllungen auf Käsebasis oder ein feines Schinken- oder Lebermus.

1.2.4. Toasts und Schnitten

Bei dieser Gruppe von Vorspeisen und Imbiß handelt es sich um geröstete oder ungeröstete Brotscheiben, die pikant belegt und offen oder zusammengeklappt angeboten werden. Für die offen zubereiteten Schnitten *(Appetitsschnitten)* ist auch die Bezeichnung *Canapés* (auch *Kanapees*) üblich. Es hat sich jedoch auch die Bezeichnung *Toast* dafür herausgebildet, wenn die Scheibe Brot vorher geröstet wird. Es ist auch üblich, die Schnitten vor dem Belegen in Fett zu backen, jedoch ist das Rösten günstiger. Für die Canapés wird das Brot in unterschiedlicher Form geschnitten, z. B. viereckig oder dreieckig, oder auch rund oder oval ausgestochen. Die Rinde wird vom Brot entfernt. Wird eine Scheibe belegt und dann mit einer anderen Scheibe Brot abgedeckt, werden diese Schnitten als *Sandwich* bezeichnet. Wird die Abdeckscheibe wieder belegt und nochmals mit einer anderen Scheibe Brot abgedeckt, bezeichnet man die Schnitte als *Doppelsandwich.* Diese Schnitten, sowohl die Canapés – wenn sie nicht sehr klein gehalten sind – als auch insbesondere die Sandwiches, sind im eigentlichen Sinne keine Vorspeisen, da ihr Sättigungswert dafür bereits zu hoch ist. Sie sind deshalb in erster Linie als Imbiß zu verwenden.
Damit der Belag von Canapés nicht zu schnell austrocknet, empfiehlt sich, ihn leicht mit Aspik zu bepinseln.
Beispiele für Sandwich und Doppelsandwich siehe unter 13. bis 18. Kalte Speisen.

Appetitsschnittchen mit Curryei

Graubrotscheibe in beliebige Form schneiden, mit einer mit Curry abgeschmeckten Eigelbkrem bestreichen. Garnieren mit Streifen von Kochschinken und Delikateßgurke.

Appetitsschnittchen mit Krabben

Getoastete und in beliebige Form geschnittene Weißbrotscheiben mit Sardellenbutter bestreichen und mit gedünsteten Krabbenschwänzen belegen. Mit einem Streifen leichter Dillmayonnaise nappieren.

Appetitsschnittchen mit Pökelzunge

Rechteckig geschnittene Scheibe von Weißbrottoast mit Senfbutter bestreichen, mit Scheiben von gekochter Pökelzunge belegen und mit Champignonscheiben garnieren.

Appetitsschnittchen mit Tatar

Graubrotscheibe viereckig schneiden, mit Butter bestreichen und mit abgeschmecktem Schabefleisch belegen, mit einem Streifen feingeschnittener Zwiebel und einem Sardellenring garnieren.

Dänische Appetitsschnittchen

Getoastete und in beliebige Form geschnittene Weißbrotscheibe mit Meerrettichbutter bestreichen, mit entgrätetem Räucherfisch belegen (z. B. geräucherter Lachs, Heilbutt, Makrelen- oder Heringsfilet) und mit Seehasenkaviar (Primuskaviar) garnieren.



Feine Geflügelfleischschnittchen

Getoastete und in beliebige Form geschnittene Weißbrotscheibe mit Kräuter- oder Senfbutter bestreichen und mit Scheiben von gebratener Geflügelbrust belegen. Mit gehacktem Aspik (Geflügelaspik mit Wein abgeschmeckt) garnieren und mit Champignonscheiben belegen.

Frühlingsschnittchen

Graubrotscheibe in beliebige Form schneiden, mit Butter bestreichen und mit Scheiben von hartgekochtem Ei belegen, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Gänseleberschnittchen

Rund ausgestochene und getoastete Weißbrotscheibe mit Butter bestreichen, mit Gänseleberkrem (Gänseleberparfait) belegen und mit Champignonscheiben oder Trüffeln garnieren.

Heringsschnittchen

Graubrotscheibe in beliebige Form schneiden, mit Senfbutter bestreichen und mit marinierten Heringsstreifen belegen. Mit einer mit gehackten Delikateßgurken vermischten Remoulade in Form eines Querstreifens nappieren.

Käse-Salami-Schnittchen

Graubrotscheibe in beliebige Form schneiden, mit Butter bestreichen und mit Schnittkäse belegen, mit Salamistreifen und gehacktem Aspik garnieren.

Kaviarschnittchen

Getoastete Weißbrotscheibe rund ausstechen, mit Zitronenbutter bestreichen, von Eigelbkrem einen Rand um das Schnittchen spritzen und in die Mitte Kaviar geben.

Krebsfleischschnittchen

Getoastete Weißbrotscheibe in beliebige Form schneiden, mit Butter bestreichen und mit einem Krebsfleischsalat belegen, mit Zitrone und Delikateßgurke garnieren.

Lucca-Schnittchen

Getoastete Weißbrotscheibe, rund oder oval ausgestochen, mit Butter bestreichen, mit Kaviar belegen und in die Mitte eine entbartete Auster geben.

Paprika-Sardellen-Schnittchen

Getoastete Weißbrotscheibe viereckig schneiden und mit Sardellen und Paprikasalat (marinierter Gemüsepaprika) belegen. Mit einer Joghurtmayonnaise überziehen und mit gehackten Kräutern bestreuen.

Pikanter Geflügelfleischtoast

Getoastete Weißbrotscheibe in beliebige Form schneiden, mit Senfbutter bestreichen und einen mit Chicorée und Orange vermengten Geflügelsalat darauf geben. Mit Eischeibe und Streifen von rotem, mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Radieschen-Ei-Schnitte

Graubrotscheibe rechteckig schneiden, mit Schnittlauchbutter bestreichen und mit Radieschenscheiben und Scheiben von hartgekochtem Ei belegen.

Räucheraalschnittchen

Getoastete Weißbrotscheibe viereckig schneiden, mit Butter bestreichen und mit filetiertem Räucheraal belegen. Mit Zitrone garnieren.

Räucherfischschnittchen

Graubrotscheibe in beliebige Form schneiden, mit einer Buttermischung mit Tomatenmark und Meerrettich bestrei-

chen, mit entgrätetem Räucherfisch belegen. Mit hartgekochtem, gehacktem Ei und Scheiben von Delikateßgurke garnieren.

Roquefortschnittchen

Getoastete Weißbrotscheibe in beliebige Form schneiden, mit Butter bestreichen, mit Roquefortkäse belegen und mit einer Kirsche garnieren.

Sardellentoast

Getoastete Weißbrotscheibe viereckig schneiden, mit Sardellenbutter bestreichen und mit einem Gitter aus Sardellen belegen. Mit Tomatenketchup und Kapern garnieren.

Sardinenschnittchen

Graubrotscheibe rechteckig schneiden, mit Zitronenbutter bestreichen und mit Ölsardinen belegen. Mit grobgehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.

Schinkenschnittchen

Graubrotscheibe in beliebige Form schneiden, mit Meerrettichbutter bestreichen und mit rohem Schinken belegen. Garnitur von mariniertem Gemüsepaprika und Delikateßgurke.

Tomaten-Ei-Schnittchen

Graubrotscheibe rechteckig schneiden, mit Schnittlauchbutter bestreichen, mit leicht marinierten Tomatenscheiben belegen. Mit hartgekochtem, grobgehacktem Ei bestreuen und mit mariniertem Spargel garnieren.

Tomaten-Quark-Schnittchen

Graubrotscheibe rechteckig schneiden, mit Schnittlauchbutter bestreichen und darüber Kräuterquark geben. Obenauf Tomatenscheiben als Garnierung.

Vitamintoast

Toastscheibe mit Butter bestreichen, gefällig mit Tomaten- und Salatgurkenscheiben belegen, leicht salzen und mit Eischeiben garnieren. Mit gehacktem Schnittlauch bestreuen.

1.2.5. Kalte Vorspeisen auf Eier- und Käsebasis

In dieser Gruppe sind alle Vorspeisen und kalten Imbisse zusammengefaßt, bei denen Eier oder Käse den Charakter der Speise bestimmt. Ausgenommen sind solche, die bereits in den Gruppen Vorspeisencocktails, Cocktailbissen, Pasteten und andere Gebäcke oder Toasts und Schnitten aufgeführt sind. Auf diese wird im Text verwiesen.
Speziell in dieser Gruppe unterscheiden sich kalte Vorspeisen und Imbisse fast nur durch die Portionsgröße und damit durch den unterschiedlichen Sättigungswert. Die Anwendung der als Beispiel angegebenen Rezepturen ist in diesem Sinne variabel.
Kalte Vorspeisen auf Eierbasis lassen sich auf vielfältige Art zubereiten. Grundlage sind meist Hühnereier, jedoch werden vorzügliche Vorspeisen auch aus Kiebitz-, Möwen- und Wachteleiern zusammengestellt. Allerdings spielen letztere für die Masse der Verpflegungseinrichtungen, ausgehend von deren Versorgungsaufgabe, keine große Rolle.
Hühnereier werden fast ausschließlich als hartgekochte Eier verschiedenartig weiterverarbeitet, z. B. als gefüllte Eier oder gargezogen (pochierte oder verlorene Eier). Kiebitz-, Möwen- und Wachteleier werden immer hartgekocht.
Rezeptbeispiele für kalte Vorspeisen auf der Basis von Hühnereiern siehe unter 14. Kalte Speisen auf Eierbasis.



Rezeptbeispiele für Kiebitz-, Möwen- und Wachteleier siehe nachfolgend, da diese fast nur zu Vorspeisen oder zur Garnierung anderer Speisenkomponenten bzw. als Einlage zu Kraftbrühen verarbeitet werden.

Rezeptbeispiele für Vorspeisen aus Kiebitz-, Möwen- oder Wachteleiern

Kiebitzeier (Grundzubereitung)

Da nur frische Eier zu verwenden sind, werden diese zunächst als Probe in eine kalte Salzlake gegeben. Sinken sie darin zu Boden, sind sie frisch. Anschließend werden sie gesäubert und acht Minuten (vom Beginn des Kochens an) gekocht, danach geschält und unterschiedlich weiter zubereitet.

Kiebitzeier auf Artischockenboden

Einen marinierten Artischockenboden mit einem pikanten Krabbensalat füllen, ein gekochtes und geschältes Kiebitzei darauf anrichten und mit einer Krebsmayonnaise leicht nappieren. Mit einer Kirsche garnieren.

Kiebitzeier auf Geflügel-Gemüse-Salat

Gekochte Kiebitzeier auf einem pikanten Salat aus gekochtem Geflügelfleisch und gedünsteten Gemüsen (mit einer Senfmayonnaise gebunden) anrichten. Mit Streifen von mariniertem, rotem Gemüsepaprika garnieren. Eine Senfmayonnaise extra geben.

Kiebitzei in Aspik

Förmchen mit Weingelee ausgießen, eine kleine Gemüsegarnierung aus gedünstetem Spargel, jungen Erbsen und Tomatenwürfeln einlegen, das gekochte und geschälte Kiebitzei daraufgeben, mit Aspik auffüllen und erstarren lassen. Danach vor dem Anrichten stürzen und garnieren.

Kiebitzei in Champignonmayonnaise

Eine blind gebackene Tortelette aus ungesüßtem Teig mit einem Paprikasalat (leicht mit Mayonnaise gebunden) füllen, das gekochte und geschälte Kiebitzei daraufgeben und mit Champignonmayonnaise überziehen. Mit Champignonscheiben garnieren.

Kiebitzeier mit frischer Butter und Sahnemeerrettich

Gekochte und geschälte Kiebitzeier auf Streifen von Kopfsalat anrichten. Dazu eine Scheibe frische Butter und Sahnemeerrettich geben.

Möweneier (Grundrezept)

Möweneier werden gesäubert und 15 Minuten gekocht. Danach die hartgekochten Eier schälen. Meist werden sie halbiert, verschiedenartig gefüllt oder auf einem Feinkostsalat aus Gemüse, Geflügel oder Krabben angerichtet.

Möwenei in Aspik

Ein Förmchen mit Weinaspik ausgießen, eine Garnierung aus Streifen von gekochter Pökelzunge und Estragonblättern einlegen, ein hartgekochtes, geschältes Möwenei mit der Spitze nach unten einlegen, mit Aspik ausgießen und erstarren lassen. Stürzen, anrichten und entsprechend garnieren.
Weitere Zubereitungsbeispiele siehe unter Kiebitzeiern.

Wachteleier

Zubereitung erfolgt wie bei Kiebitzeiern. Rezeptbeispiele für kalte Vorspeisen aus Wachteleiern siehe unter Kiebitzeiern.

Kalte Vorspeisen auf Käsebasis sind bei uns wenig verbreitet, obwohl sich Käse ausgezeichnet dafür eignet. Sie sind bisher vor allem als Bestandteil des Vorspeisensortiments auf Kalten Büfetts zu finden. Die einfachste Form der Verwendung von Käse als kalte Vorspeise ist die, eine Scheibe Schnittkäse mit einer kleinen Garnierung (z. B. Radieschen oder Rettichsalat) und einer Scheibe Pumpernickel sowie etwas Butter zu geben. Im Ausland ist es auch beliebt, dem Gast eine auf einem Brett gefällig angerichtete Käseauswahl anzubieten, aus der er nach Belieben wählen kann.

Rezeptbeispiele für Vorspeisen auf Käsebasis

Käsebissen

Pikante Käsekrem auf eine Scheibe Apfel oder ein Stück Melone oder dgl. mit der Spritztülle spritzen und mit einer Kirsche oder einem Tomatenschnitzel garnieren.

Käsechampignons

Auf die untere Seite (Stielansatz) von gedünsteten, großen Champignonköpfen mit der Spritztülle eine pikante Käsekrem spritzen. Mehrere Champignonköpfe als eine Portion anrichten und garnieren.

Käsekugeln (Käsetrüffeln)

Aus einer Käsekrem Kugeln formen und diese in Pumpernickelbröseln wälzen. Die Pumpernickelbrösel können mit geriebenen Nüssen oder gehackten Erdnüssen vermengt werden. Mehrere Käsekugeln als eine Portion anrichten und garnieren. Käsekugeln eignen sich auch als Beigabe zu Getränken; dabei empfiehlt es sich, zum bequemen Verzehr an jede Käsekugel ein kleines Spießchen zu stecken.

Käseschnittchen

Käsekrem auf eine Scheibe Pumpernickel streichen, mit einer anderen Scheibe Pumpernickel bedecken und diese wiederum mit einer Käsekrem, aber andersfarbiger (z. B. tomatisiert oder mit Kräutern versetzt), bestreichen, diese wiederum mit einer Scheibe Pumpernickel abdecken, erneut mit Käsekrem bestreichen und zum Abschluß eine Scheibe Pumpernickel auflegen. Gut durchkühlen und in Scheiben schneiden. Es sind meist drei Schichten Füllung üblich, es kann jedoch variiert werden. Allerdings ist zu beachten, daß die Schnitten nicht zu hoch werden.

Käsetimbal

In ein gefettetes Timbalförmchen Eierstichmasse, die mit reichlich geriebenem Käse und Würfelchen von mariniertem, rotem Gemüsepaprika oder Tomate versetzt ist, geben und pochieren. Nach dem Erkalten stürzen und garnieren.
Kann auch als warme Vorspeise gegeben werden.

Käsetrüffeln

Siehe Käsekugeln.

Käsewindbeutel

In kleine Windbeutel aus einer Brandmasse, die mit geriebenem Käse versetzt worden ist, eine pikante Käsekrem spritzen. Als Grundlage für die Käsekrem kann Schmelzkäse verschiedener Geschmacksrichtung, der mit Butter oder Delikateßmargarine und Joghurt zu einer Masse verarbeitet wird, dienen.

Quarkbissen

Zubereitung siehe Käsebissen. Anstelle von Käsekrem wird jedoch Quarkkrem verwendet.



Quarkwindbeutel

Zubereitung siehe Käsewindbeutel. Anstelle von Käsekrem wird als Füllung eine würzige Quarkkrem verwendet.

Vorspeise aus Schafsmilchkäse (VR Bulgarien)

Vollfetten Schafsmilchkäse zur Auflösung des Salzgehaltes einige Stunden in kaltes Wasser legen, danach abtropfen lassen und mit der Gabel zerdrücken. Die Masse mit feinen Zwiebelwürfeln, Zitronensaft, edelsüßem Paprika und etwas Öl anmachen und anrichten. Entsprechend garnieren.

1.2.6. Kalte Vorspeisen auf der Basis von Fischen, Krebsen und Weichtieren

Vorspeisen aus Fischen, Krebsen und Weichtieren sind sehr zahlreich, da sich die vielfältigsten Zubereitungsmöglichkeiten anbieten. Die einfachste Zubereitung ist, die bereits tafelfertigen Konserven der Fischwirtschaft zu nutzen, die unverändert oder in verschiedener Weise veredelt gute Vorspeisen ergeben. Daneben sind jedoch viele spezielle Zubereitungen als Vorspeisen bekannt.
In der folgenden Aufstellung der Rezeptbeispiele wird diese Reihenfolge gewählt:

Vorspeisen aus Kaviar,
Vorspeisen aus Fisch,
Vorspeisen aus Krebsen,
Vorspeisen aus Weichtieren.

Innerhalb dieser Gruppierungen sind die Vorspeisen alphabetisch nach dem Namen des geschmacksbestimmenden Lebensmittels geordnet. Auf Vorspeisen, die bereits unter anderen Gruppen aufgeführt sind, wird verwiesen.

Kaviarvorspeisen lassen sich aus allen Kaviarsorten (Beluga-Malossol-Kaviar, Osjotr-Kaviar, Sevruga-Kaviar, Keta-Kaviar) herstellen. Neben den Kaviarsorten aus den Störarten und aus dem Ketalachs (Keta-Kaviar) kann auch Kaviar aus Seehase, Seelachs, Dorsch und anderen Fischarten verwendet werden, der aber dann entsprechend zu bezeichnen ist.

Kaviar auf Eis

Kaviar in der geöffneten Originaldose oder auf einer Glasschale auf gestoßenem Eis anrichten. Als Beigabe frische Butter und Zitronenachtel, evtl. auch feinwürfelig geschnittene Zwiebel.

Kaviarkrem

Ungesüßte Sahne steif schlagen, vorsichtig etwas Kaviar unterziehen und gut gekühlt in einer Glasschale anrichten. Als *Beilage* Toast.

Kaviar mit Auster garniert

Kaviar in einem mit Aspik ausgegossenen, marinierten Artischockenboden oder auf einem Glasteller anrichten und eine entbartete Auster obenauf geben. Mit marinierten Krabben garnieren.

Kaviarsalat

Keta-Kaviar oder Kaviar von anderen Fischen (Primuskaviar, deutscher Kaviar) mit feingeschnittener Zwiebel, Zitronen-

saft, Tomatenwürfeln und etwas Öl vermengen und auf grünem Salat anrichten.

Kaviarschnittchen

Siehe 1.4. Toasts und Schnitten.

Fischvorspeisen können sowohl aus Seefischen als auch aus Süßwasserfischen hergestellt werden.

Aaltimbal

Kleines Förmchen mit Fischaspik ausgießen, kleine Garnierung aus Ei, Spargel und Delikateßgurke einlegen, pochierten und filetierten grünen Aal einlegen und mit Aspik auffüllen. Erstarren lassen, stürzen und entsprechend garnieren.

Bücklingsfilet

Bücklingsfilet in gefällige Stücke schneiden, anrichten und mit Scheiben von gekochtem Ei und Gemüsepaprikasalat garnieren.

Dänische Appetitsschnittchen

Siehe 1.2.4. Toasts und Schnitten.

Fischpasteten (einschließlich Galantinen)

Siehe 15. Kalte Speisen auf Fischbasis

Forelle in Weinaspik

Garfertige kleine Forellen oder Portionsstücke in Weißwein und Courtbouillon garziehen. Aus diesem Fond einen Fischaspik herstellen, die Forellen damit überglänzen und mit Zitrone anrichten.

Gabelbissen

Heringsgabelbissen (Erzeugnis der Fischwirtschaft) auf Glasteller anrichten und mit gehacktem Ei, Kapern und feinen Zwiebelwürfeln bestreuen.

Geräuchertes Forellenfilet mit Kaviar

Geräuchertes Forellenfilet in gefällige Stücke schneiden, auf jedes Stück etwas Kaviar geben und mit Gemüsepaprikasalat und Zitronenspalte garnieren.

Geräuchertes Forellenfilet mit Spargel

Geräuchertes Forellenfilet in gefällige Stücke schneiden, anrichten und mit mariniertem Spargel (Spargelsalat) umlegen, mit Zitronenspalte und Eischeibe garnieren.

Heringscocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Heringsschnittchen

Siehe 1.2.4. Toasts und Schnitten.

Heringsvorspeisen

Siehe Matjesvorspeisen.

Karpfen in Aspik

Karpfentranchen in Courtbouillon und Weißwein garziehen. Aus dem Fond einen Fischaspik herstellen, den erkalteten Karpfen mit Eischeibe garnieren und mit dem Fischaspik dick überziehen.

Lachstoast

Siehe 1.2.4. Toasts und Schnitten

Räucheraalvorspeise

Räucheraal abziehen, filetieren und in Stückchen schneiden. Auf Glasteller mit Zitronenachteln, Tomatenscheiben und frischer grüner Gurke anrichten.

Räucherlachs mit Meerrettich

Räucherlachs in dünne Scheiben schneiden, daraus Tütchen formen, diese mit Sahnemeerrettich füllen und auf pikantem Gemüsesalat anrichten.



Räucherlachs mit Melone

Melonenfleisch in daumendicke Stücke schneiden und mit Zitronensaft und Weinbrand marinieren. Danach jedes Melonenstück mit einer dünnen Räucherlachsscheibe umwickeln, anrichten, mit einem Streifen Sahnemeerrettich und Kapern oder Olivenscheiben garnieren.

Räucherlachs mit Spargel

Dünne Räucherlachsscheiben gefällig anrichten und mit gekochtem und mariniertem Spargel (Spargelsalat) umlegen. Mit Eigelbkrem garnieren.

Makrelencocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Geräuchertes Makrelenfilet mit Meerrettich

Geräuchertes Makrelenfilet in gefällige Stücke schneiden und mit Sahnemeerrettich sowie Zitronenachteln anrichten.

Makrele in Tomate

Konservierte Makrele in Tomate vorsichtig aus der Dose nehmen, in Portionsgröße auf Glasteller anrichten, Tomatensoße mit etwas Joghurt verrühren und pikant nachwürzen, über den Fisch geben und mit gehackten Erdnüssen bestreuen.

Makrelenröllchen

Rohe Makrelenfilets mit einer pikanten Fischfarce bestreichen, rollen und in Weißwein und Fischfond dünsten. Nach dem Erkalten aus dem Fond nehmen und mit einer Sulzmayonnaise überziehen.

Marinierter Fisch, japanisch (O-Su-no-mono)

Rohen, filetierten und enthäuteten Fisch in Streifen schneiden und 15 bis 20 Minuten in Essig marinieren. Danach abtropfen und in einer Schale dekorativ anrichten. Als Beigabe dient eine Soße aus drei Teilen Sojasoße, 2 Teilen Essig und einem Teil Zucker, die gut verrührt werden. Beim Essen werden die Fischstreifen in diese Soße getaucht.

Matjescocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Matjesfilet mit Apfel

Matjesfilet in breite Streifen schneiden, auf mit Zitrone marinierten Apfelscheiben anrichten, leicht mit Remouladensoße nappieren.

Matjesfilet mit grünen Bohnen

Marinierte Matjesfilets in breite Streifen schneiden und gut gekühlt mit Bohnensalat anrichten. Mit Eischeiben garnieren.

Matjesfilet in Sahne

Matjesfilet in Essigmarinade einlegen und nach dem Marinieren abtropfen lassen. Anrichten, mit einer Sahnesoße aus Joghurt, saurer Sahne, Würfeln von Delikateßgurke und Äpfeln überziehen. Mit Kapern und gehackten Kräutern bestreuen.

Matjesfilet mit Zwiebeln (VR Polen)

Streifen von mariniertem Matjesfilet mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln und Scheiben von Gewürzgurke und marinierten roten Rüben anrichten. *Beilage* Pellkartoffeln oder Graubrot.

Meeresfrüchte

Sammelname für Vorspeisenzusammenstellungen aus verschiedenen kleinen Komponenten aus Fisch, Krebsen und Weichtieren.

O-Su-no-mono (Japan)

Siehe Marinierter Fisch, japanisch.

Sardellenröllchen

Konservierte Sardellenröllchen aus der Dose anrichten und mit Eischeiben und Kapern garnieren.

Sardellentoast

Siehe 1.2.4. Toasts und Schnitten.

Sprotten

Geräucherte Sprotten auf Holzbrett anrichten und mit Zitronenspalten garnieren. Beigabe Graubrot.

Thunfischcocktails

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Thunfisch, garniert

Thunfisch in Öl oder im eigenen Saft aus der Dose nehmen und in Portionsgröße anrichten. Mit Tomatenscheiben garnieren und mit gehacktem Ei bestreuen.

Vorspeisen aus Krebsen sind vornehmlich solche aus *Hummer, Langusten, Krabben* (oder Garnelen) und *Krebsen.*

Garnelen

Siehe Krabben.

Hummer auf Gemüsesalat

Scheiben von gegartem Hummerfleisch mit Sulzmayonnaise überziehen und auf feinem Gemüsesalat anrichten. Mit Champignons und gehacktem Aspik garnieren.

Hummercocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Hummerschaumbrot (Grundzubereitung)

Hummerfleisch garen und pürieren, mit Salz, Pfeffer und Weinbrand abschmecken, mit Weinaspik und frischer Sahne vermischen. Dient zum Füllen von Hummertorteletten, Hummerschiffchen, Hummertimbals und für andere Hummerzubereitungen.

Hummertimbal

Timbalförmchen mit Weingelee ausgießen, kleine Garnierung von Ei und Olivenscheiben einlegen, mit Hummerschaumbrot füllen und mit Weingelee auffüllen. Erstarren lassen, stürzen und mit kleiner Garnitur anrichten.

Krabbenbrot (Krabbenpain)

Krabbenfleisch pürieren, mit Püree von Delikateßgurken und Oliven verrühren, Eigelb, Sahne und feines Reibebrot unterziehen, in gefettete Förmchen füllen und garziehen lassen. Nach dem Erkalten stürzen und mit einer pikanten Decksoße überziehen, kleine Garnitur anlegen.

Krabbencocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Krabbenpain

Siehe Krabbenbrot.

Krabbenschwänze im Artischockenboden

Marinierte Artischockenböden mit feinem Gemüsesalat füllen, darauf marinierte Krabbenschwänze geben, mit gehacktem Dill bestreuen und mit Aspik überglänzen.

Krabbenschwänze in Aspik

Becherförmchen mit Weinaspik ausgießen, eine kleine Garnierung einlegen, marinierte Krabbenschwänze um einen Kern von Gemüsesalat gefällig anordnen, mit Aspik auffüllen. Erstarren lassen und vor dem Anrichten stürzen.



Krabben in Tomate
Ausgehöhlte und marinierte Tomaten mit Krabbensalat füllen und mit Eischeibe und Kapern garnieren.

Krabbenschwänze mit Ei

Marinierte Krabbenschwänze auf Glasteller anrichten, mit Remouladensoße nappieren und mit Eivierteln sowie marinierten Champignons garnieren.

Krabben Vinaigrette

Marinierte Krabben auf Glasteller anrichten, mit einer Vinaigrettesoße nappieren und mit mariniertem Spargel (Spargelsalat) garnieren.

Krebsschwänze

Siehe Krabben.

Krebsschwanzcocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Languste auf Fruchtsalat

Einen Fruchtsalat aus Äpfeln, Orangen, Bananen und Ananas, Joghurtmayonnaise und Zitronensaft auf Glasteller anrichten und Scheiben von Langustenfleisch auflegen. Mit Zitronensaft beträufeln und mit gehackten Nüssen bestreuen.

Langustencocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Languste in Champignonsoße

Gegartes Langustenfleisch mit Zitronensaft marinieren und in Scheiben geschnitten auf mariniertem Kopfsalat anrichten. Mit einer Joghurtmayonnaise, die mit feingeschnittenen Champignons versetzt ist, überziehen. Das Langustenfleisch kann auch auf einem Kopfsalatbett in der leeren Hülle des Langustenschwanzes angerichtet werden.

Langustensalat

Gegartes Langustenfleisch in Würfel schneiden und in Zitronensaft und Öl marinieren. Danach mit dem Fond eine Joghurtmayonnaise verrühren, der etwas Tomatenketchup und Weinbrand zugesetzt wird. Die Langustenwürfel mit Ananasraspeln in dieser Soße anmachen und in Glasschale mit Salatjulienne anrichten.

Scampicocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Vorspeisen aus Weichtieren sind verhältnismäßig selten. Die bekanntesten sind solche aus *Austern* und *Muscheln*. Muscheln stehen meist schon mariniert als Erzeugnis der Fischwirtschaft in Konserven zur Verfügung.

Austern auf Eis

Austern öffnen, entbarten und die Austernhälften auf gestoßenem Eis anrichten. Beigabe: Zitronenspalten, Pfeffersoße (Pepper-Sauce), Butter und Toast.

Austernchaudfroid

Entbartete Austern pochieren, mit einer pikanten hellen Chaudfroidsoße überziehen, erstarren lassen, anrichten und mit gehacktem Aspik umkränzen.

Austerncocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Austern, mariniert

Entbartete Austern werden in eine Marinade aus Weinessig, gehackten Kräutern, Salz und Pfeffer eingelegt und, nachdem sie durchgezogen sind, mit etwas Marinade angerichtet.

Austern mit Kaviar und Spargel

Entbartete Austern, Kaviar und marinierter Spargel (Spargelsalat) werden gemein-

sam angerichtet und mit marinierten Tomatenscheiben garniert.

Muschelcocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Muscheln, mariniert

Muscheln säubern, kochen und Muschelfleisch aus der Schale entfernen. In eine Marinade aus Essig, Öl, Pfeffer, Salz und gehackten Kräutern einlegen. Nachdem ausreichend durchgezogen ist, mit etwas Marinade anrichten.

Muscheln in Tomatenketchup

Muscheln säubern, kochen und das Muschelfleisch aus der Schale entfernen. In Tomatenketchup und saurer Sahne marinieren und in dieser Marinade anrichten.

Muscheln in Senfmayonnaise

Muscheln säubern, kochen und das Fleisch aus der Schale entfernen. In einer mit Weißwein abgeschmeckten Senfmayonnaise marinieren und in dieser Soße anrichten. Bei Verwendung von Muschelkonserven ist die Zubereitung sinngemäß wie vorstehend angegeben. Allerdings entfällt das Kochen.

Froschschenkel in Weingelee

Froschschenkel in einem Weißweinsud garziehen, erkalten lassen und mit einer Sulzmayonnaise überziehen. Ein Förmchen mit Weingelee ausgießen, den überzogenen Froschschenkel einlegen, mit Weingelee auffüllen, erstarren lassen und stürzen.

1.2.7. Kalte Vorspeisen auf der Basis von Geflügel und Wild

Fettarmes Geflügel- oder Wildfleisch eignet sich gut für verschiedenartige Zubereitung als kalte Vorspeise. Bei den meisten Sorten Geflügelfleisch (z. B. Broiler- oder Hühnerfleisch) kommt noch hinzu, daß es leicht verdaulich ist und sich infolge seines zarten Geschmacks in unterschiedlicher Geschmackskombination sehr vielseitig verarbeiten läßt.
Von den Geflügel- und Wildvorspeisen sind bei uns die aus Geflügel verbreiteter. Neben den klassischen Vorspeisenzubereitungen als Schaumbrot *(Mousseline)* oder als Pastete, die relativ arbeitsaufwendig sind, setzen sich zunehmend einfache und rasch zu bewältigende Zubereitungsarten durch. Beispielsweise ergibt bereits eine kleine Schnitte gebratener Broilerbrust mit einer passenden Garnitur eine ansprechende und leichte Vorspeise. Aus der Lebensmittelproduktion und aus Importen stehen Geflügelkrems und Pasteten zur Verfügung, die sich mit wenigen Handgriffen ebenfalls zu einer appetitlichen Vorspeise anrichten lassen. Das fetthaltigere Geflügelfleisch (z. B. Gänsebrust oder auch Putenfleisch) kann geräuchert in dünnen Scheiben angerichtet werden und ergibt garniert eine gute Vorspeise. Ein entsprechendes Angebot aus der Geflügelwirtschaft steht in immer größerer Auswahl zur Verfügung.
Viele im Kapitel 15. Kalte Speisen auf Geflügel- und Wildbasis aufgeführte kalte Speisen können ebenfalls in kleineren Portionen als Vorspeise gegeben werden.

Beispiele für Vorspeisen auf Geflügelbasis

Ballotine

Fachfranzösische Bezeichnung für gefüllte Hühner- oder Hähnchenkeule.

Broilerkeule, gefüllt

Broilerkeule von den Knochen befreien, mit Geflügelfarce füllen, binden, dünsten, erkalten lassen, mit einer Sulzmayonnaise oder Geflügelchaudfroidsoße überziehen, garnieren und überglänzen.



Chaudfroid von Geflügel

Gegartes Geflügelfleisch (Broiler, Huhn) in gefällige Stücke schneiden, mit einer Geflügelchaudfroidsoße überziehen, garnieren und überglänzen.

Chaudfroid von Geflügelschaumbrot

Geflügelschaumbrot (auch Geflügelkrem aus der Konserve) mit dem Löffel oder in anderer Form ausstechen, mit einer Geflügelchaudfroidsoße überziehen, garnieren und überglänzen.

Gänsebrust oder Gänsekeule, geräuchert

Geräucherte Gänsebrust oder -keule in dünne Scheiben schneiden, mit gehacktem Aspik und etwas Frischkost garnieren.

Gänseleberkrem mit Aspik

Gänseleberkrem aus der Portionsdose (Import Ungarische VR) stürzen, anrichten, mit gehacktem Weinaspik garnieren.

Gänseleberpastete in Weingelee

Gänseleberpastete portionieren, die Portionen in Förmchen einsetzen, mit Portweingelee ausgießen, stürzen und anrichten.

Geflügelbrust auf Schaumbrot

Geflügelschaumbrot auf Glasteller spritzen, erstarren lassen und mit gebratenen Geflügelbrüstchen oder Scheiben von Geflügelbrust belegen, garnieren und leicht mit Aspik überglänzen.

Geflügelbrust in Aspik

Gebratene Geflügelbrust in gefällige Stücke schneiden, in Weinaspik mit einer kleinen Garnierung aus Pökelzunge einsetzen. Nach dem Erstarren stürzen und garnieren.

Geflügelcocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Geflügelpasteten (einschließlich Galantinen)

Siehe 15. Kalte Speisen auf Geflügel- und Wildbasis.

Geflügelschaumbrot (Mousseline)

Gebratenes Geflügelfleisch pürieren, mit einer Geflügelvelouté (Samtsoße) vermengen, durch das Sieb streichen, pikant unter Verwendung von Weinbrand abschmecken, mit flüssigem Aspik vermischen. Zuletzt mit geschlagener Sahne versetzen und nach Belieben anrichten bzw. weiterverarbeiten.

Geflügelschaumbrottimbal

Ein Becherförmchen (Timbal) mit Weinaspik ausgießen, kleine Garnitur einlegen, mit Geflügelschaumbrot ausfüllen und erstarren lassen. Stürzen und anrichten.
Es ist auch möglich, das Schaumbrot mit Timbal zu servieren; dann wird bei der Herstellung häufig so vorgegangen, daß der Rand des Timbals durch gefettetes Pergamentpapier verlängert wird, um mehr Schaumbrot einfüllen zu können. Vor dem Servieren wird der Papierstreifen entfernt. Bei dieser Art wird die Garnitur obenaufgelegt und das Schaumbrot mit Aspik überglänzt.

Geflügelschnittchen

Siehe 1.2.4. Toasts und Schnitten.

Hühnerkeule, gefüllt (Ballotine)

Siehe Broilerkeule, gefüllt.

Mousseline von Geflügel

Siehe Geflügelschaumbrot.

Putenbrust oder -keule, geräuchert

Zubereitung wie geräucherte Gänsebrust oder -keule.

Putenfleischcocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Beispiele für Vorspeisen auf der Basis von Wild

Chaudfroid von Fasan

Gebratene und entbeinte Fasanenbrust in gefällige Stücke schneiden, mit einer braunen Wildchaudfroidsoße überziehen, mit weiß überzogenen Champignonköpfen garnieren und mit Aspik überglänzen.

Fasanentimbal

Timbal mit Portweingelee ausgießen, kleine Garnitur einlegen, mit würflig geschnittenem Fasanenfleisch, das mit Pilzen (Trüffel) und Sulzmayonnaise vermengt ist, auffüllen, mit Aspik ausgießen, erstarren lassen und stürzen. Anstelle der Trüffel können auch andere Pilze verwendet werden.

Hasenmedaillons auf Schaumbrot

Hasenschaumbrot auf Glasteller spritzen, erstarren lassen, rosa gebratene und gut abgekühlte Hasenmedaillons darauf anrichten, garnieren und mit Aspik überglänzen.

Hasenschaumbrot (Mousseline)

Siehe Wildschaumbrot.

Mousseline vom Wild
Siehe Wildschaumbrot.

Rebhuhntimbal

Zubereitung wie Fasanentimbal.

Rehkotelettchen

Rehkotelettchen gut parieren, rasch braten, zwischen zwei Brettern beschwert auskühlen lassen, mit brauner Wildchaudfroidsoße überziehen, erstarren lassen. Mit Mandarinenspalten garnieren und mit Aspik überglänzen.
Rehkotelettchen können auch auf Wildschaumbrot angerichtet werden.

Wildpasteten (einschließlich Galantinen)

Siehe 15. Kalte Speisen auf Wild- und Geflügelbasis.

Wildschaumbrot (Mousseline)

Gebratenes Wildfleisch pürieren, mit einer kalten Veloutésoße verrühren und pikant unter Verwendung von etwas Weinbrand abschmecken. Durch ein Sieb streichen, mit flüssigem Aspik vermischen und zuletzt mit geschlagener, ungesüßter Sahne veredeln. Nach Belieben anrichten oder weiterverarbeiten.

Wildschaumbrottimbal

Ein Timbal mit Portweingelee ausgießen, kleine Garnitur einlegen, mit Schaumbrot füllen, mit Aspik ausgießen und erstarren lassen. Danach stürzen.
Wildschaumbrot kann auch im Timbal serviert werden. Dann wird die Garnitur obenauf als Spiegel gelegt und mit Aspik überglänzt.

1.2.8. Kalte Vorspeisen auf der Basis von Schlachtfleisch

Vorspeisen aus Schlachtfleisch können sowohl selbständig als auch kombiniert angeboten werden. Die beliebtesten Grundstoffe dafür sind Hirn, Pökelzunge, Roastbeef, roher oder gekochter Schinken. In der einfachsten Form lassen sich Vorspeisen anrichten, indem man



ein oder zwei Scheiben davon mit kleiner Garnitur kombiniert. Häufig ist jedoch auch die *Zubereitung* als Röllchen oder Taschen mit unterschiedlicher Füllung oder das Anrichten auf Gemüsesalat in unterschiedlicher Zusammensetzung. Es ist darauf zu achten, daß der *Sättigungswert*, der bei Schlachtfleischzubereitungen rasch erreicht wird, nicht zu hoch wird. Deshalb sind stark fetthaltige Soßen und Salate für diese Vorspeisen zu vermeiden.

Hirn in Vinaigrettesoße

Abgezogenes Hirn blanchieren, erkaltet in Scheiben schneiden, anrichten und mit Vinaigrettesoße überziehen.

Kalbfleischcocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Kalbfleischröllchen

Zubereitung wie Schinkenröllchen, als Füllung ist auch feiner Gemüsesalat oder eine pikante Eifarce geeignet.

Lachsschinken auf Chicoréesalat

Dünne Scheiben von Lachsschinken zu Taschen legen, auf Chicoréesalat, der mit einer Zitronenmayonnaise (Joghurtbasis) angerichtet ist, anordnen. Garnieren mit Gurkenfächern.

Mousseline von Schinken

Siehe Schinkenschaumbrot.

Ochsenmaulsalat

Gereinigtes Ochsenmaul kochen, erkaltet in Scheiben schneiden, in eine Essigmarinade mit viel feingeschnittener Zwiebel einlegen, gut durchziehen lassen. Mit etwas Marinade anrichten, mit gehacktem, gekochtem Ei und Schnittlauch bestreuen.

Pökelzunge, garniert, mit Spargel

Gekochte Pökelzunge in dünne Scheiben schneiden, mit mariniertem Spargel gefällig anrichten und mit gehacktem Aspik garnieren.

Pökelzungenröllchen

Zubereitung wie Schinkenröllchen.

Prager Schinken

Prager Schinken aus der Dose stürzen, in dünne Scheiben schneiden, als Taschen oder in anderer Form anrichten, mit Gurkenfächern und gehacktem Aspik garnieren.

Rauchfleisch mit Meerrettich

Gekochtes Rauchfleisch erkalten lassen, in Scheiben schneiden. Jeweils eine Scheibe anrichten und reichlich mit Sahnemeerrettich und Delikateßgurke garnieren. Rauchfleisch kann auch auf mariniertem Sellerie angerichtet werden.

Roastbeefröllchen

Englisch gebratenes Roastbeef gut durchkühlen, in dünne Scheiben schneiden, mit Sahnemeerrettich belegen, rollen, mit Aspik überglänzen und diesen erstarren lassen. Man richtet meist zwei Röllchen mit kleiner Garnierung als eine Vorspeisenportion an.

Salami, garniert

Salami in dünne Scheiben schneiden, als Tüten oder in anderer Form gefällig anrichten und mit mariniertem Gemüsepaprika garnieren (möglichst grünen Paprika verwenden).

Schinkenröllchen

Gekochten oder rohen Schinken in dünne Scheiben schneiden, Röllchen drehen und

mit Sahnemeerrettich füllen, mit Kopfsalat garnieren und etwas Delikateßgurke anrichten.

Schinkenmus

Siehe Schinkenschaumbrot.

Schinkenschaumbrot (Mousseline)

Gekochten Schinken pürieren, mit einer kalten Veloutésoße verrühren, pikant unter Verwendung von etwas Weinbrand abschmecken, durch ein Sieb streichen, mit zerlassenem Aspik vermischen und zuletzt geschlagene, ungesüßte Sahne unterziehen. Beliebig anrichten oder mit anderen Speisenkomponenten anrichten.

Schinkenschaumbrottimbal

Ein Timbal mit Weinaspik ausgießen, kleine Garnierung einlegen, mit Schaumbrot auffüllen und mit Weinaspik aufgießen. Erstarren lassen und anrichten. Schinkenschaumbrot kann auch im Timbal serviert werden. Dann ist bei der Zubereitung so zu verfahren, daß die Garnitur als Spiegel obenauf gelegt und danach mit Aspik ausgegossen wird. Mitunter wird das Timbal auch durch einen Ring aus gefettetem Pergamentpapier erhöht, um eine höhere Füllung einbringen zu können. Dieser Papierstreifen wird vor dem Servieren entfernt.

Schinkenschnittchen

Siehe 1.2.4. Toasts und Schnitten.

Schinkentütchen

Gekochten oder rohen Schinken in dünne Scheiben schneiden, Tütchen formen und mit Gemüsesalat oder Eiersalat füllen und anrichten. Als Vorspeisenportion kann auch je ein Schinkentütchen mit Gemüsesalat und ein Schinkentütchen mit Eiersalat gemeinsam angerichtet werden.

Schinkentütchen mit Schaumbrot (Schinkenschaum)

Gekochten Schinken in dünne Scheiben schneiden, Tütchen formen, Schinkenschaumbrot hineinspritzen, mit Aspik überglänzen, erstarren lassen, mit marinierten Champignons anrichten.

Schweinsleberkrem in Aspik

Schweinsleberkrem aus der Portionsdose stürzen (Import Ungarische VR), anrichten, mit reichlich gehacktem Weinaspik bestreuen und mit Eischeibe und Gurkenfächer garnieren.

Schweinsmedaillon mit Schinkenmus

Schweinsmedaillons rosa braten, erkalten lassen, Rosette von Schinkenmus aufspritzen, mit Aspik überglänzen, mit entsteinter Sauerkirsche garnieren und auf marinierter Selleriescheibe oder auf gedünsteter Apfelscheibe anrichten.

Zungenröllchen

Siehe Pökelzungenröllchen.

1.2.9. Kalte Vorspeisen auf der Basis von Obst und Gemüse

Gemüse und Obst sind aus zwei Gründen für Vorspeisen besonders gut geeignet. Sie sind fast ausnahmslos energiearm und belasten damit den Magen weniger als energiereiche Vorspeisen; sie weisen auch fast alle einen hohen Vitamin- und Wirkstoffgehalt auf und regen die Verdauung an. Außerdem lassen sie sich sehr vielfältig zu Vorspeisen verarbeiten und kombinieren. Es eignen sich nahezu alle Gemüse und die meisten Obstarten zu Vorspeisen. Häufig werden sie auch mit anderen Lebensmitteln, wie Geflügel, Fisch u. a., kombiniert.



Als kalte Gemüsevorspeisen sind auch viele in den Abschnitten 13.4. Salatbeilagen und 18. Kalte Speisen auf Gemüsebasis aufgeführte Speisen geeignet. Werden sie als Vorspeisen verwendet, ist auf eine angemessene Portionsgröße zu achten.

Äpfel, gefüllt

Von säuerlichen Äpfeln einen Deckel abschneiden, aushöhlen, mit pikantem Salat füllen, Deckel wieder aufsetzen. Als Füllung eignen sich Fleischsalate, Fischsalate (vor allem Heringssalate), Eiersalate, Gemüsesalate.

Banane mit Cumberlandsoße

Banane schälen, in Scheiben schneiden, auf Glasteller anrichten, mit Cumberlandsoße nappieren, mit gehackten Walnüssen bestreuen.

Banane, mariniert

Geschälte Banane in gefällige Stücke schneiden, in Essigmarinade mit Lorbeerblatt, Pfefferkörnern, Pfeffer und Zucker einlegen. Durchziehen lassen und mit oder ohne Marinade anrichten.

Bananensalat, kubanisch

Feste Bananen schälen und in mitteldicke Scheiben schneiden, mit Zitronensaft und Öl marinieren und etwas durchziehen lassen. Dann auf in grobe Streifen geschnittenen Kopfsalat anrichten. Frischkäse passieren und mit Sahne, Johannisbeergelee, wenig Senf und einer Prise Chilli zu einer dickflüssigen Soße verrühren. Die Bananen mit dieser Soße überziehen und mit gehackten Nüssen bestreuen.
Beilage: Toast, Weißbrot, Knäckebrot.

Birnen, gefüllt

Zubereitung wie Äpfel, gefüllt.

Fruchtcocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Früchte, gekühlt

Früchte eßfertig zubereiten, gut durchkühlen und als Vorspeise reichen.

Grapefruitcocktail

Siehe 1.2.1 Vorspeisencocktails.

Melone mit Sahnemeerrettich

Geschälte und entkernte Melone in gefällige Stücke schneiden, die Stücke mit Sahnemeerrettich bestreichen, mit gehackten Kräutern bestreuen und anrichten.

Melonencocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Orange mit Weinbrand

Geschälte Orange in Scheiben schneiden, gefällig auf Glasteller anrichten, mit Weinbrand bespritzen, vor dem Servieren gut kühlen.

Artischocken, griechisch

Geputzte und blanchierte Artischocken in einer Essigmarinade mit Lorbeerblatt, Zwiebeln, Pfefferkörnern, Weißwein, Thymian und Zitronensaft weichkochen, abkühlen lassen und mit etwas Marinade servieren.

Artischockenböden, gefüllt

Marinierte Artischockenböden mit einem Schaumbrot (Schinkenschaumbrot, Geflügelschaumbrot) füllen – evtl. auch mit einem Feinkostsalat – und garnieren.

Auberginen, mariniert

Marinierte Auberginen (Konserve, Import aus der SR Rumänien) auf Glasteller an-

richten, gut kühlen, mit gekochtem, gehacktem Ei und gehackten Nüssen bestreuen.

Avocado, gefüllt

Avocados halbieren, schälen und pfeffern und mit Zitronensaft marinieren. Mit Krabbensalat füllen und mit Eischeiben garnieren.

Avocados mit Kaviarrahm

Halbierte geschälte Avocados mit Zitronensaft marinieren, mit geschlagener, ungesüßter, mit Meerrettich versetzter Sahne füllen und mit Keta-Kaviar garnieren.

Avocadosalat

Würfel von Avocados mit gekochten und grob gehackten Eiern, Würfeln von Delikateßhering und Delikateßgurke vermengen und pikant abschmecken.

Bleichsellerie

Siehe Stangensellerie.

Blumenkohl in Senfmarinade

Blumenkohlröschen kochen, in Essig-Öl-Marinade einlegen, durchziehen lassen, abtropfen, auf Glasteller anrichten und mit einer kräftig mit Senf abgeschmeckten Joghurtmayonnaise überziehen.

Champignoncocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Champignons in Tomatenmarinade

Geputzte Champignons kurz aufkochen und in eine Marinade aus Weinessig, Zitronensaft, Lorbeerblatt, Thymian, Pfeffer und Salz einlegen, durchziehen lassen.
Abtropfen lassen, anrichten und mit einer Tomatenmarinade, die als dicke Soße aus der Marinade und Tomatenmark hergestellt wird, überziehen.

Champignons in Zitronenmarinade

Zubereitung wie Champignons in Tomatenmarinade, lediglich beim Anrichten nur mit etwas Zitronenmarinade soßieren.

Eierfrüchte

Siehe Auberginen.

Englischer Sellerie

Siehe Stangensellerie.

Fenchel, griechisch

Fenchelknollen in Wasser, Weißwein, Speiseöl, Zitronensaft, Pfefferkörnern, Zwiebelwürfeln und etwas zerdrücktem Knoblauch dünsten. Im Dünstfond erkalten lassen, mit etwas Dünstfond anrichten und mit gehackten Kräutern (einschl. Fenchelgrün) bestreuen.

Gemüsetimbal

Timbalform mit tomatisiertem Aspik ausgießen, erstarren lassen, mit verschiedenen, gedünsteten Gemüsen schichtweise auslegen (Spargelstücken, jg. Erbsen, Karotten, Blumenkohlröschen), mit Aspik auffüllen, erstarren lassen. Stürzen und mit Mayonnaisetupfen garnieren.

Gurken, gefüllt

Kleine, geschälte Gurkenhälften von den Samen befreien, die Hälften marinieren, mit einem Schaumbrot oder Feinkostsalat füllen und garnieren.

Lauch, mariniert

Geputzten Lauch in 6 ... 7 cm lange Stücke schneiden, in Essigwasser bißfest kochen, in eine Essig-Öl-Marinade mit ge-



hacktem Kümmel einlegen, durchziehen lassen. Mit etwas Marinade anrichten, mit gekochtem, gehacktem Ei und Kräutern bestreuen.

Oliven, gefüllt

Gefüllte Oliven aus der Dose gefällig anrichten oder ungefüllte Oliven entsteinen und mit Tomatenketchup oder einer pikanten Farce füllen. Garnieren.

Paprika, gefüllt

Gemüsepaprika aufschneiden, die Samen entfernen, waschen, in kräftiger Essigmarinade marinieren. Abtropfen und mit einem Feinkostsalat oder mit Schaumbrot füllen und garnieren. (Es kann auch marinierter Gemüsepaprika aus der Konserve verwendet werden.)

Paprikacocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Porree

Siehe Lauch.

Schwarzwurzeln, mariniert

Geschälte Schwarzwurzeln in Stücke schneiden, in Essigwasser kochen, abtropfen, in Essig-Öl-Marinade mit gehackten Kräutern einlegen. Durchziehen lassen, mit etwas Marinade anrichten, mit gehackten Nüssen und Kräutern bestreuen.

Spargel Vinaigrette

Gekochten Spargel in gefällige Stücke schneiden, anrichten, mit einer Vinaigrettesoße nappieren, mit Eischeiben und roten Gemüsepaprikastreifen garnieren. Vinaigrettesoße siehe 12.5. Soßen (kalte Soßen).

Stangensellerie mit frischer Butter

Blattstiele des Stangenselleries säubern, dünn schälen, in gefällige Stücke schneiden, mit frischer Butter anrichten.

Stangensellerie mit Roquefortkrem

Blattstiele des Stangenselleries säubern, dünn schälen, in gefällige Stücke schneiden, anrichten und die Innenseite mit Roquefortkrem ausspritzen.

Stangensellerie Vinaigrette

Blattstiele des Stangenselleries säubern, in gefällige Stücke schneiden, kochen, abkühlen lassen, trocken anrichten, mit Vinaigrettesoße nappieren.

Steinpilze, mariniert

Kleine Steinpilze putzen, dünsten und nach dem Abkühlen in eine Essigmarinade mit Lorbeerblättern, Pfefferkörnern, Knoblauch und Koriander einlegen. Durchziehen lassen, trocken anrichten, mit gehackten Kräutern bestreuen.
Es können auch konservierte marinierte Steinpilze verwendet werden (Import aus der VR Polen).

Tomatencocktail

Siehe 1.2.1. Vorspeisencocktails.

Tomatenscheiben in Sahne (Sowjetunion)

Tomaten in Scheiben schneiden, gefällig anrichten, salzen, pfeffern, mit etwas Essig bespritzen, mit dicker saurer Sahne überziehen, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln und gehackten Kräutern bestreuen.

Tomaten mit Edelpilzkäse

Edelpilzkäse zerkleinern, mit geriebenem Sellerie, Öl, Zitrone und Paprika zu einer Krem rühren. Tomaten aufschneiden, aus-

höhlen und mit der Edelpilzkrem füllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Tomaten mit weißem Schafsmilchkäse (VR Bulgarien)

Weißen Schafsmilchkäse zerdrücken, mit feingeschnittenem Dill und einer leichten Tomatenmayonnaise verrühren. Tomaten aufschneiden, mit der Schafsmilchkäsekrem füllen, durchziehen lassen, mit Petersilie garniert anrichten.

Tomaten mit Eiersalat

Tomaten aufschneiden, aushöhlen, leicht salzen, mit pikantem Eiersalat füllen, Deckel wieder aufsetzen, anrichten.

Tomaten mit Heringssalat

Tomaten aufschneiden, aushöhlen, leicht salzen, mit pikantem Heringssalat füllen, mit Zwiebelringen und Kapern garnieren.

Zwiebeln, mariniert

Kleine Zwiebeln schälen, in Essigwasser kochen, anschließend in eine Essig-Öl-Marinade einlegen. Durchziehen lassen, mit etwas Marinade anrichten, mit gehackten, gekochten Eiern und gehackten Kräutern bestreuen.
Es können auch konservierte marinierte Perlzwiebeln (Import aus der ČSSR oder der SFR Jugoslawien) verwendet werden.

1.2.10. Gemischte kalte Vorspeisen

Gemischte kalte Vorspeisen sind Zusammenstellungen verschiedener, gut zueinander passender bzw. sich gut ergänzender kleiner kalter Vorspeisen. Sie finden vor allem als Vorspeisenarrangements für Kalte Büfetts oder als Imbiß bei Empfängen Verwendung. Bei einer Portionsvorspeise müssen die einzelnen Bestandteile der gemischten Vorspeise sehr klein gehalten werden, da sonst die Gefahr besteht, einen zu hohen *Sättigungswert* zu erreichen. Die Zusammenstellung von gemischten Vorspeisen kann sehr unterschiedlich sein; sie richtet sich in erster Linie nach der Versorgungsaufgabe und den Möglichkeiten der Küche.
Bekannt sind Arrangements verschiedener kalter Vorspeisen – meist mit einem hohen Anteil pikanter Fischvorspeisen und Kaviar – in der Sowjetunion unter der Bezeichnung *Sakuski.* Die französische Bezeichnung für gemischte Vorspeisen lautet *Hors d'oeuvre,* dieser Begriff ist jedoch auch die Sammelbezeichnung für alle Arten von Vorspeisen.

1.3. Warme Vorspeisen

Warme Vorspeisen werden bei einer Speisenfolge nach der Suppe gereicht. Sie sind ihrem Wesen nach also *Zwischengerichte.* In Speisenfolgen haben sie aber zunehmend ihre Bedeutung verloren. Da sie mit ihrem *Sättigungswert* unter dem eines Gerichts liegen, werden sie gegenwärtig vornehmlich als kleiner warmer Imbiß verzehrt. Somit sind die Grenzen zwischen einer warmen Vorspeise und einem warmen Imbiß nicht eindeutig festzulegen. Das ist eigentlich nur möglich im Rahmen einer Speisenfolge, da dann ihre Stellung klar bestimmt ist.
Obwohl die warmen Vorspeisen oder Imbisse bei uns längst nicht so verbreitet sind wie die kalten Vorspeisen, erfreuen sie sich zunehmender Beliebtheit. Ihre Zusammenstellung und *Zubereitung* kann sehr vielseitig erfolgen, damit können sie mit großem Abwechslungsreichtum angeboten werden.



Sind sie in eine Speisenfolge mit mehreren Gängen eingereiht, müssen sie in ihrer Zubereitung sorgfältig in den Gesamtablauf eingeordnet werden, damit sie genau nach Bedarf fertig und abrufbereit sind. Am besten eignen sich unter diesem Gesichtspunkt überbackene Speisen, die auf der Platte oder in Förmchen vorbereitet und wenige Minuten vor dem Servieren nur in den Ofen geschoben zu werden brauchen.
Zur besseren Übersichtlichkeit wird die Gruppe der Vorspeisen in mehrere Untergruppen eingeteilt. Es sind mehrere Einteilungen möglich und auch üblich. Im folgenden Abschnitt erfolgt die Einteilung nach den Untergruppen

Toasts und überbackene Schnitten,
Gebäcke, Pasteten, Krapfen,
Spießchen,
Warme Vorspeisen auf der Basis von Eiern und Käse,
Warme Vorspeisen aus Fischen, Krebsen und Weichtieren,
Warme Vorspeisen auf der Basis von Geflügel und Wild,
Warme Vorspeisen auf der Basis von Schlachtfleisch,
Warme Vorspeisen auf der Basis von Obst und Gemüse,
Gemischte warme Vorspeisen.

1.3.1. Toasts und überbackene Schnitten

Die *Grundzubereitung* von Toasts oder überbackenen Schnitten besteht darin, daß eine Scheibe Toast (trocken getoastet oder gebuttert) belegt wird, eine Scheibe Käse, Käsesoße oder dergleichen darauf gegeben wird und danach diese Schnitte im Ofen überbacken wird. Die Zusammenstellung kann sehr unterschiedlich erfolgen, es entstehen ständig neue Kombinationen neben den bereits bekannten Standardzusammenstellungen. Zu beachten ist bei der Zusammenstellung neuer Toastvariationen, daß die Zutaten miteinander harmonieren und die Toasts nicht zu schwer verdaulich werden.

Angel on horseback

Siehe Austerntoast.

Apfel-Schinken-Toast

Apfelwürfel auf Zwiebelwürfeln anschwenken, mit Schinkenwürfeln und Curry vermengen, kurz schmoren, auf Toastscheibe streichen, mit Käsescheibe belegen, überbacken.

Austerntoast (Engel zu Pferde, Angel on horseback)

Dünne Scheiben von magerem Speck mit je einer Auster (Konserve) belegen, den Speck über die Auster rollen und feststecken. Schnell anbraten, je vier dieser in Speck gebratenen Austern auf einer Toastscheibe anrichten, mit Kresse, Kopfsalat und Oliven garnieren.

Hinweis: Siehe auch Spießchen.

Buck Rarebit (USA)

Siehe Eiertoast I.

Champignontoast

Gedünstete, mit Zitronensaft abgeschmeckte Champignonscheiben auf eine Scheibe Toast geben, mit einer Scheibe Schnittkäse abdecken, überbacken.

Eiertoast I (Buck Rarebit)

Verlorenes Ei auf eine gebutterte Toastscheibe geben, mit einer mit Senf abgeschmeckten Käsemasse (wie für Käsewürzbissen) überziehen und überbacken.

Eiertoast II

Toastscheibe mit Sardellenbutter bestreichen, mit gekochten Eischeiben belegen, reichlich mit Reibekäse überstreuen, überbacken, mit Salatblatt anrichten.

Engel zu Pferde

Siehe Austerntoast.

Filettoast mit Champignons

Filetstreifen mit Zwiebelwürfeln und Champignons sautieren, mit Curry und Salz abschmecken, auf Toast geben, mit Béarner Soße überziehen und überbacken.

Geflügeltoast mit Ei

Würfel von gegartem Geflügelfleisch auf gebutterter Toastscheibe anrichten, mit Tomatenketchup überziehen, Setzei darüber geben. Mit Salat garnieren.

Geflügeltoast, pikant

Würfel von gegartem Geflügelfleisch auf gebutterte Toastscheibe geben, 1/2 Pfirsich auflegen, mit einer Scheibe Schnittkäse abdecken. Überbacken, mit Salat anrichten. (Anstelle der Pfirsichhälfte können auch Apfelscheiben verwendet werden.)

Hirntoast

Selleriepüree mit Sahne anrühren, mit Schinkenstreifen vermischen, mit Zitrone abschmecken, auf gebutterte Toastscheibe streichen, mit Scheiben von blanchiertem Hirn belegen, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Golden Buck (USA)

Siehe Lendentoast.

Käse-Ei-Toast (Schweizertoast)

In Schnittkäsescheibe Loch in der Größe eines Eigelbs stechen, gebutterte Toastscheibe mit dem Käse belegen, in die Öffnung ein Eigelb geben, überbacken.

Käsewürzbissen (Welsh rabbit, Welsh rarebit) I

Butter zerlassen, mit hellem Bier auffüllen, salzen, pfeffern, aufkochen, mit reichlich geriebenem Käse verrühren, sofort zur Seite stellen und weiter kremig rühren. Diese Käsemasse auf eine in Speckfett gebratene Weißbrotscheibe streichen und überbacken.

Käsewürzbissen (Welsh rabbit, Welsh rarebit) II

Butter schaumig rühren, mit geriebenem Käse und Eigelb sowie hellem Bier vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen, auf Toastscheibe streichen und überbacken.

Lendentoast, überbacken

Kleine Lendenschnitte rosa braten, auf Toast anrichten, mit Käsemasse (wie für Käsewürzbissen) bestreichen, überbacken.

Nierentoast

Kalbsnierenscheiben mit feinen Zwiebelwürfeln sautieren, mit Portwein ablöschen, mit ungesüßter Sahne binden, gehackte Petersilie unterschwenken, auf gebuttertem Toast anrichten.

Putenfleischtoast

Scheiben von gekochtem Putenfleisch auf dünn mit Senf bestrichene Toastscheiben anrichten, gedünstete Champignons darübergeben, mit einer Scheibe Schnittkäse abdecken, überbacken.

Putentoast

Scheiben von Putenbrust auf gebutterter Toastscheibe anrichten, mit angeschwitzten Tomatenwürfeln und Champignons bedecken, mit einer Scheibe Schnittkäse abdecken, überbacken.



Roquefortkäsetoast

In Zitronensaft marinierte Apfelraspeln auf gebutterte Toastbrotscheibe geben, mit Roquefortkäse belegen, überbacken.

Salamitoast mit Ei

Toastscheibe mit Knoblauchbutter besreichen, mit Tomaten- und Salamischeiben belegen, darüber ein lockeres Kräuterrührei geben.

Sardellen-Ei-Toast (Scotch Woodcock)

Gebuttere Toastscheibe gitterförmig mit Sardellenfilets belegen und ein Rührei darübergeben.
(Anstelle der Sardellenfilets wird auch Anchovispaste verwendet, obwohl das nicht dem Originalrezept entspricht.)

Schabefleischtoast, gebraten

Schabefleisch mit Zwiebelwürfeln, Pfeffergurkenwürfeln, Kapern, Eigelb, Salz, Pfeffer abschmecken, dick auf Toastscheibe streichen, rasch auf beiden Seiten braten, mit Salat garnieren.

Schweizertoast

Siehe Käse-Ei-Toast.

Scotch Woodcock (Großbritannien)

Siehe Sardellen-Ei-Toast.

Steaktoast (Grundzubereitung)

Gebutterte Toastscheibe mit einem Steak belegen, darüber angeschwitzte Gemüse oder Früchte geben, mit einer Soße überziehen.

Steaktoast mit Spargel

Mehrere kleine, rosa gebratene Schweinsmedaillons auf eine Toastscheibe geben, mit heißen Spargelstücken bedecken, mit einer holländischen Soße überziehen, mit gehackten Kräutern und Schinkenstreifen bestreuen.

Steaktoast mit Champignons

Kleine Lendenschnitte vom Rind rosa braten, auf Toast geben, Champignons, Ananas- und Tomatenwürfel anschwitzen, über die Lendenschnitte geben und mit etwas Béarner Soße abdecken.

Steaktoast mit Pfirsich

Schweinesteak rosa braten, auf mit Nußbutter bestrichene Toastscheibe geben, in Butter angeschwenkte Pfirsichscheiben obenauf geben, mit etwas Béarner Soße abdecken, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Welsh rabbit (Großbritannien)

Siehe Käsewürzbissen.

Welsh rarebit (Großbritannien)

Siehe Käsewürzbissen.

Gebäcke, Pasteten, Krapfen

Gebäcke, Pasteten und Krapfen werden in großer Vielfalt aus den verschiedenen Teigen und Massen mit sehr unterschiedlichen Füllungen und in den mannigfaltigsten Formen zubereitet. Bei uns sind sie bisher noch relativ wenig verbreitet, während sie in anderen Ländern, wie in der Sowjetunion z. B. als *Pirogge, Pelmeni, Kulebjaka,* in Frankreich als *Beignets, Cromesquis, Croquettes,* in Großbritannien als *Pies* und in Italien als *Pizza,* große Tradition haben. Als warme Vorspeise sind sie seltener zu finden. Als warmer Imbiß finden sie jedoch immer mehr Anklang. Gut eignen sie sich auch als Beigabe zu den verschiedenen Getränken, wenn dazu keine große Mahlzeit verzehrt werden soll.

Allumettes

Siehe Blätterteigstäbchen.

Beurrecks

Siehe Türkische Pastetchen.

Beignets (Frankreich)

Siehe Krapfen.

Blätterteigpastetchen (Grundzubereitung)

Runde, hohl gebackene kleine Blätterteigpastetchen mit feinem Ragout füllen, mit einer Decksoße nappieren, evtl. mit geriebenem Käse bestreuen, kurz überbacken, kleinen Blätterteigdeckel obenauf setzen. Füllungen sind Ragout fin, Hühnerragout, Zungenragout u. a.

Blätterteigschnitte mit Sardellen (Dartois)

Blätterteig ausrollen, mit Sardellenpaste bestreichen, mit Sardellenfilets belegen, mit einer dünnen Blätterteigplatte abdecken, daraus etwa 8 cm lange Streifen schneiden, mit Eigelb bepinseln, backen. Heiß servieren.

Blätterteigstäbchen (Allumettes)

Zubereitung wie Blätterteigstäbchen als kalte Vorspeise, jedoch frisch aus dem Ofen heiß servieren.

Condéstangen

Blätterteig dünn ausrollen, mit dicker Käsekrem aus Béchamelsoße und Reibekäse bestreichen, in Streifen schneiden, backen, heiß servieren.

Cromesquis (Frankreich)

Siehe Kromeskies.

Dartois (Frankreich)

Siehe Blätterteigschnitte.

Fischpastete, russisch (Kulebjaka) (Sowjetunion)

Hefeteig etwa 1 cm dick ausrollen, mit einer pikanten Fischfarce zur Hälfte dick bestreichen, die Ränder anfeuchten, zusammenklappen, Ränder ausdrücken, mit Milch und Eigelb bestreichen, backen, heiß servieren.

Krapfen (Beignets) (Grundzubereitung)

Rohes oder gegartes Geflügel, Fisch, Schlachtfleisch, Gemüse oder Obst in nicht zu großen Stücken durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten.

Artischockenkrapfen

Artischockenböden (Konserve) mit Zitronensaft marinieren, durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten. Auf Wunsch Soße extra.

Geflügelkrapfen

Gekochtes, feinwürflig geschnittenes Geflügelfleisch und Champignonwürfel mit einer dicken Geflügelvelouté binden, erkalten lassen, Krapfen abstechen, durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren.

Heringskrapfen

Rohes Heringsfilet in Würfelchen schneiden, mit zerpflücktem Bücklingsfilet (Konserve Bücklingsfilet in Öl) unter einen Brandteig mengen, Krapfen abstechen, in Fett backen. Trocken anrichten, Tomatenketchup extra.

Hirnkrapfen

Scheiben von pochiertem Hirn mit Zitronensaft marinieren, durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit gebackener Petersilie garnieren.



Käse-Schinken-Krapfen

Würfel von Schnittkäse und gekochtem Schinken unter Brandteig mengen, Krapfen abstechen, in Fett backen.

Räucherfischkrapfen

Räucherfisch entgräten, zerpflücken und mit pürierten, gekochten Kartoffeln zu einer Masse verarbeiten, daraus Krapfen abstechen, durch Backteig ziehen, in Fett backen.

Sardellenkrapfen

Sardellenfilets mit feiner Fischfarce bestreichen, zusammenrollen, durch Backteig ziehen, in Fett backen.

Kroketten

Siehe Kromeskies.

Kromeskies (Cromesquis) (Frankreich)

Feinwürfliges Geflügel-, Kalbs- oder Kaninchenfleisch mit Pilzen und einer hellen Soße vermengen, erkalten lassen, daumengroße Kroketten daraus formen, panieren, in Fett backen. Mit Rotwein- oder Tomatensoße servieren.

Kulebjaka (Sowjetunion)

Siehe Fischpastete, russisch.

Pelmeni (Sowjetunion)

Nudelteig dünn ausrollen, rund ausstechen, zur Hälfte mit Fülle von Fleisch, Geflügel, Fisch oder Gemüse belegen, die andere Hälfte darüber klappen, Rand andrücken (vorher anfeuchten), in Salzwasser kochen. Trocken anrichten, mit zerlassener Butter oder Sahne übergießen.

Pie (Großbritannien) (Grundzubereitung)

Mehl, Butter, Salz, Wasser zu einem Teig verarbeiten, etwa 30 Minuten ruhen lassen, dünn ausrollen, runde Pieformen damit auslegen, Fülle hineingeben, etwa 30 Minuten backen.

Kräuterquarkpie (Großbritannien)

Streifen von Sardellenfilets, Würfel von Delikateßgurke, Kapern, gehackte Kräuter mit Kräuteressig kurz dünsten, unter eine Quarkmasse (siehe Quarkpie) geben, in mit Teig ausgelegte Pieform füllen, backen.

Quarkpie (Großbritannien)

Butter schaumig rühren, Eigelb unterziehen, passierten Quark dazugeben, mit Kondensmilch bzw. Joghurt geschmeidig rühren, mit Salz, Pfeffer, Schnittlauch abschmecken. Eierschnee und Semmelbrösel unterziehen, in mit Teig ausgelegte Pieformen geben, backen.

Schinkenquarkpie (Großbritannien)

Schinkenwürfel mit Zwiebel anschwitzen, unter eine Quarkmasse (siehe Quarkpie) ziehen, in mit Teig ausgelegte Pieform füllen, backen.

Wildpie (Großbritannien)

Gebratenes Wildfleisch fein zerkleinern, mit Zwiebeln anschwitzen, mit Tomatenketchup, Ingwer, Salz abschmecken, mit einer hellen Soße verrühren, in mit Teig ausgelegte Pieform füllen, backen.

Piroggen (Sowjetunion)

Zubereitung wie als kalte Vorspeise (siehe S. 34), jedoch heiß anrichten und servieren.

Pizza (Italien) (Grundzubereitung)

Hefeteig (mit Milch und Ei zubereitet) etwa 1 cm dick ausrollen, in runde Form geben, mit pikantem Belag versehen, backen, heiß anrichten.

Pizza Napolitana (Italien)

Tomatenscheiben, Sardellenfilets, Kapern, Zwiebeln gefällig in eine mit Pizzateig ausgelegte Form einordnen, mit Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver bestreuen, backen. Mit Kopfsalat reichen.

Käsepizza (Italien/Schweiz)

Eier aufschlagen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, Streifen von Schnittkäse und halbierte Champignons (Konserve) daruntermengen. Diese Masse in eine mit Pizzateig ausgelegte Form füllen und bei mittlerer Hitze goldgelb backen. Mit Kopf-, Tomaten- oder Gemüsepaprikasalat komplettieren.

Quarkpizza (Italien)

Quark mit Milch, Schnittlauch, Salz, Pfeffer verrühren, auf Pizzaboden streichen, Tomaten- und Champignonscheiben auflegen, mit Salamistreifen bestreuen, Reibekäse und Butterflöckchen obenauf geben, backen.

Schinkenpizza (Italien)

Schinkenwürfel mit Zwiebel anschwitzen, mit Tomatenwürfeln, Chesterkäsewürfeln, gehackter Petersilie auf Pizzaboden geben, mit saurer Sahne mit Ei verrührt auffüllen, backen.

Quiche Lorraine (Frankreich)

Runde Form mit Pastetenteig auslegen, mit mageren Speckscheiben und Schnittkäse belegen, mit Milch verrührte Eigelbe darüber geben, backen.

Schiffchen (Grundzubereitung)

Blind gebackene Schiffchen aus ungesüßtem Mürbteig oder Pastetenteig mit einem pikanten Ragout füllen, garnieren, heiß servieren.

Türkische Pastetchen (Beurrecks) (Grundzubereitung)

Aus einem dick gehaltenen, erkalteten Ragout Walzen formen, mit einer dünnen Nudelteigschicht umhüllen, in Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen.

Türkische Käsepastetchen

Kleine Schnittkäsewürfel mit dicker Béchamelsoße binden, mit Worcestersauce und Pfeffer abschmecken, Walzen formen, in eine dünne Schicht Nudelteig hüllen, mit Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen.

Türkische Lammfleischpastetchen

Feinwürfliges, gekochtes Lammfleisch mit Zwiebelmus, Tomatenmark, dicker Béchamelsoße vermengen, Walzen formen, mit einer dünnen Nudelteigschicht umhüllen, mit Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen.

Türkische Putenfleischpastete

Feinwürfliges, gekochtes Putenfleisch mit Champignons und einer dicken Geflügelvelouté vermengen, mit Curry abschmecken, Walzen formen, mit einer dünnen Nudelteigschicht umhüllen, mit Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen.

1.3.2. Spießchen

Bei den Spießchen handelt es sich um eine Vorspeise, deren *Grundzubereitung* darin besteht, zarte Stücke von Schlachtfleisch, Geflügel, Leber, Fisch, Hirn oder Gemüse mit Geschmacksgebern auf Holzspießchen oder Zierspießchen aufzureihen und zu garen. Werden Lebensmittel verwendet, die nicht rasch am Spießchen zu garen sind, sollten sie vor-



gegart werden. Als Geschmacksgeber werden magerer Speck, Zwiebeln, Champignonköpfe, marinierte Gemüsepaprikastreifen u. a. verwendet. Es sind sehr unterschiedliche Kombinationen möglich. Als *Grundregel* für die Zusammenstellung kann ein Verhältnis von Grundbestandteilen zu Geschmacksgebern von 4:1 gelten. Nachdem die Lebensmittel auf das Spießchen gesteckt sind, werden sie meist mit einer dicken Duxelles oder Schinkensoße (Villeroisoße) überzogen, anschließend mit Reibebrot paniert und danach rasch in heißem Fett gebacken. Die Spießchen werden trocken angerichtet, und die Soße wird extra gereicht. Anstelle von Soße kann auch Kräuterbutter oder eine andere Buttermischung gegeben werden. Spießchen werden fachfranzösisch auch als *Atteraux* oder *Brochettes* bezeichnet.
Neben den nachstehend aufgeführten Rezeptbeispielen für Spießchen sind weitere im Abschnitt 8. Kurzgebratene Fleischgerichte zu finden, von denen viele in kleineren Portionen auch als warme Vorspeise bzw. als warmer Imbiß geeignet sind.

Angel on horseback (Großbritannien)

Siehe Austernspießchen.

Austernspießchen (Angel on horseback)

(Man rechnet 3 bis 4 Austern für eine Vorspeisenportion.)
Siehe auch Austerntoast.

Champignonspießchen

Gekochte Champignons mit Stücken von gekochtem Schinken abwechselnd auf Spießchen stecken, mit Duxelles umhüllen, mit feinem Reibebrot panieren und in Fett backen. Trocken anrichten, Soße (z. B. Cumberlandsoße, Tatarensoße, Zitronensoße) extra. Es können auch marinierte Champignons aus der Konserve verwendet werden.

Fischspießchen (Grundzubereitung)

Scheiben von mariniertem Fischfilet, magerem Speck, Champignons auf Spießchen aufreihen, mit weißer Schinkensoße umhüllen, mit feinem Reibebrot panieren und in Fett backen. Trocken anrichten, Soße extra (z. B. Currysoße, Tomatenketchup mit Meerrettich).

Gänseleberspießchen

Panierte Gänseleberscheiben mit Trüffelscheiben und Scheiben von gekochtem Schinken auf Spießchen abwechselnd aufreihen, mit weißer Schinkensoße umhüllen, mit feinem Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, Rotweinsoße extra.

Geflügelleberspießchen

Geflügelleber mit Champignons, Apfelstücken, magerem Speck abwechselnd auf Spießchen aufreihen, mit Duxelles umhüllen, mit feinem Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, Soße extra.

Hirnspießchen

Scheiben von pochiertem Hirn abwechselnd mit Scheiben von gekochter Pökelzunge und Champignons auf Spießchen stecken, mit weißer Schinkensoße überziehen, mit feinem Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, Remouladensoße extra.

Nierenspießchen

Scheiben von Kalbsniere abwechselnd mit Scheiben von magerem Speck und Champignonköpfen auf Spießchen stecken, mit Duxelles umhüllen, mit feinem Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, Soße (z. B. Rotweinsoße, Bearner Soße) extra.

1.3.3. Warme Vorspeisen auf der Basis von Eiern und Käse

Bei den warmen *Vorspeisen auf der Basis von Eiern* sind mehrere *Grundzubereitungen* üblich. Die verbreitetsten sind Eier im Näpfchen in unterschiedlichen Variationen, weichgekochte Eier in einem Tortelett und kleine gefüllte Eierkuchen. Neben diesen Vorspeisen aus Hühnereiern sind solche aus Wachteleiern und Möweneiern beliebt. Außer den nachstehend aufgeführten Rezeptbeispielen sind weitere (besonders für Eier im Näpfchen) im Abschnitt 4. Eiergerichte zu finden. Sie sind in der Portionsgröße auf eine Vorspeise zuzuschneiden.
Bei den *Vorspeisen aus Käse* handelt es sich vorwiegend um Käseaufläufe, gebackenen Käse u. ä. Sie sind bei uns relativ wenig verbreitet und teilweise auch recht schwer verdaulich (z. B. gebackener Käse).

Rezeptbeispiele für warme Vorspeisen auf der Basis von Eiern

Eier im Näpfchen (Grundzubereitung)

In ein gefettetes Näpfchen etwas Ragout oder ein pikantes Püree geben, ein Ei darüber schlagen, im Wasserbad garziehen. Vor dem Servieren mit etwas Rotweinsoße überziehen.
Weitere Beispiele siehe unter 4. Eiergerichte.

Gargezogene Eier

Siehe Pochierte Eier.

Pfannkuchen mit Kaviar (Sowjetunion)

Einen kleinen, zarten Eierkuchen zum Dreieck zusammenschlagen, anrichten, ein Schälchen Kaviar extra geben. Es ist auch üblich, gesondert Zitronenspalten zu geben.

Pochierte Eier (Gargezogene Eier) (Grundzubereitung)

Pochiertes Ei heiß auf einen kleinen Reissockel oder in einem Tortelett anrichten, mit einer deckenden Tomatensoße oder anderen pikanten Soßen überziehen.
Weitere Beispiele siehe unter 4. Eiergerichte.

Weiche Eier (Grundzubereitung)

Geschältes, weiches Ei in einem Tortelett anrichten, dessen Boden mit einem pikanten Püree bedeckt wurde. Mit einer pikanten heißen Soße überziehen.

Möwenei auf Selleriepüree

Aus Duchessemasse gespritztes Nestchen goldgelb backen, mit würzig abgeschmeckten Selleriepüree füllen, mit einem heißen Möwenei belegen, mit einer dick gehaltenen Madeirasoße überziehen.

Möwenei im Tortelett

Ein blind gebackenes Tortelett mit in Butter angeschwenkten Spargelstücken füllen, mit einem heißen, hartgekochten, geschälten Möwenei belegen, mit Geflügelrahmsoße überziehen, einige Tropfen Krebsbutter darübergeben.

Wachteleier mit Champignons

Gekochte und geschälte Wachteleier mit etwas Rotweinsoße anschwenken, in einem Näpfchen mit angeschwitzten Champignons und Streifen von Geflügelleber anrichten. Man rechnet zwei Wachteleier je Portion.



Rezeptbeispiele für warme Vorspeisen auf der Basis von Käse

Chäschüechli (Schweiz)

Siehe Käsetartelett.

Kaschkavalvorspeise (VR Bulgarien)

Geriebenen Kaschkavalkäse und mit Eigelb legierte helle Soße verrühren, Eierschnee unterziehen, mit Muskatnuß abschmecken, in gefetteter Form mit geriebenem Kaschkaval und Butterflocken bedeckt backen. Heiß in der Form servieren. Frischkostsalat extra.

Käseauflauf I

Béchamelsoße mit Eigelb legieren, mit Käsewürfeln vermengen, Eierschnee unterziehen, in gefettetem Förmchen backen. Heiß in Förmchen servieren.

Käseauflauf II

Schaumig gerührte Butter mit geriebenem Käse, Eigelb, saurer Sahne, ein wenig Mehl, Paprika und Salz verrühren. Steif geschlagenen Eierschnee unterziehen, in gefettetem Förmchen backen. In Förmchen heiß servieren. Pumpernickel oder Graubrot extra.

Käse, gebacken I (VR Bulgarien)

Dicke Scheiben von Schnittkäse durch Backteig ziehen und in Fett backen. Trocken anrichten, Zitronenspalten und gebackene Petersilie extra.

Käse, gebacken II (VR Bulgarien)

Dicke Scheiben von Schnittkäse mit Ei und feinem Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, Zitronenspalten, Tomatenecken und gebackene Petersilie extra.

Käsetartelett (Chäschüechli)

Kleine Förmchen mit Blätterteig auslegen. Reibekäse mit aufgeschlagenen Eiern, Sahne, Milch, Pfeffer, Muskat und etwas Salz zu einer dickflüssigen Masse verrühren. Die Förmchen etwa 2/3 mit dieser Masse füllen und bei mittlerer Hitze goldgelb backen. Heiß servieren.

Käsetimbal

Siehe Grundzubereitung wie Käsetimbal als kalte Vorspeise, jedoch warm servieren.

1.3.4. Warme Vorspeisen auf der Basis von Fischen, Krebsen und Weichtieren

Bei den warmen Vorspeisen dieser Gruppe sind mehrere *Grundzubereitungen* typisch. Vorherrschend sind die ragoutartigen Zubereitungen, gebackene oder überbackene Vorspeisen auf der Basis von Fisch, Krebsen und Weichtieren. Alle diese Vorspeisen weisen in der Regel nur einen geringen Energiegehalt auf und sind gut geeignet, eine Speisenfolge zu eröffnen.
Als Imbiß sind sie wenig verbreitet.

Rezeptbeispiele für warme Vorspeisen auf der Basis von Fisch

Fischbällchen im Reisrand (Grundzubereitung)

Aus einer leichten, hellen Fischhackmasse Fischbällchen herstellen, garziehen, trocken in einem Ring aus körnigem Reis anrichten, mit einer paprizierten Tomatensoße überziehen.

Hinweis: Es können auch andere Soßen (z. B. Kräutersoße) verwendet werden. Eine rasche Zubereitung dieser Vorspeise ist möglich, wenn konservierte Fisch-

klößchen (Erzeugnis unserer Fischwirtschaft) verwendet werden.

Fischklößchen, überbacken

Feine Fischklößchen in ein gefettetes Näpfchen geben, Champignonsoße auffüllen, mit Reibekäse bestreuen und mit einigen Butterflöckchen überbacken.

Fischkroketten (Grundzubereitung)

Zerkleinertes, gegartes Fischfilet mit Champignonscheiben vermengen, mit einer dicken, hellen Fischsoße binden, Kroketten formen, panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, Tomatencurrysoße extra.

Räucherfischnäpfchen (Grundzubereitung)

Entgräteten Räucherfisch zerpflücken, mit gedünsteten Tomatenwürfeln vermengen, in gefettetes Förmchen füllen, mit Eierstichmasse auffüllen und im Wasserbad garziehen.

Thunfischpastetchen

Zerpflücktes Thunfischfleisch (Konserve aus der SFR Jugoslawien) mit gedünsteten Gemüsewürfeln einschließlich mariniertem Gemüsepaprika vermengen, mit einer dicken Béchamelsoße binden, Walzen formen, in dünnen Nudelteig hüllen, mit Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen.

Rezeptbeispiele für warme Vorspeisen aus Krebsen und Weichtieren

Angel on horseback

Siehe Spießchen, Austernspießchen.

Austernauflauf

Vorbereitete, rohe Austern halbieren, mit Champignonsoße vermengen, mit Eigelb verrühren, Eierschnee unterziehen, in gefettetes Förmchen geben, backen.

Austern, gebacken

Austern salzen, pfeffern, in Ei und feinem Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, mit gebackener Petersilie und Zitronenspalten garnieren. Tomatenketchup extra.

Austern, gedünstet

Vorbereitete Austern leicht mehlieren, in Butter dünsten, auf gedünstetem Letscho (Gemüsepaprika vorher in Würfel schneiden) anrichten, leicht mit Rotweinsoße nappieren.

Krebsschwänze, gebraten

Ausgebrochene Krebsschwänze mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Paprika marinieren, mit Zwiebelwürfeln in Öl anbraten und mit etwas Zitronensaft dünsten. Auf Kopfsalatblatt anrichten und garnieren.

Krebsschwänze in Weinteig

Gegarte Krebsschwänze in einer Pfanne leicht Farbe nehmen lassen, mit einem dickflüssigen Weinteig aus Eigelb, Sahne, Mehl, gehacktem Dill, Salz, Pfeffer und Weißwein auffüllen, unter Rühren stocken lassen. Auf Toast anrichten und garnieren.

Langustenragout

Aus Langustenfleisch und Champignons mit einer hellen Fischsoße ein Ragout bereiten und pikant abschmecken. In gefettetes Förmchen füllen, mit Reibekäse bestreuen und überbacken.



Langustenkroketten

Langustenfleischwürfel mit Champignonscheiben vermengen, mit einer dick gehaltenen, pikanten, hellen Fischsoße binden, erkalten lassen, Kroketten formen, mit Ei und feinem Reibebrot panieren, in Fett backen.

Schneckenragout im Reisrand

Gegarte Schnecken (Konserve) in Streifen schneiden, mit einer leicht mit Knoblauch aromatisierten Sahnesoße binden, mit Madeira abschmecken, heiß in kleinen Reisrand füllen, garnieren.

1.3.5. Warme Vorspeisen auf der Basis von Geflügel und Wild

Warme Vorspeisen aus Geflügel oder Wild sind bei uns noch wenig verbreitet. Es eignen sich jedoch dafür die unterschiedlichsten Zubereitungen. Vorspeisen aus Geflügel und Wild sind meist fettarm und auch leicht verdaulich, wenn sie aus zartem Geflügelfleisch zubereitet wurden. Sie stellen somit eine gute Vorspeise dar. Bei Geflügel trifft das vor allem auf Broiler und Huhn zu sowie auf die Geflügelleber.
Bei warmen Vorspeisen von Wild handelt es sich meist um gebratene Medaillons (z. B. Rehmedaillons). Rezeptbeispiele siehe unter 7. Wildgerichte.

Geflügelkroketten

Würfel von gegartem Geflügelfleisch mit Champignonscheiben vermengen, mit einer dick gehaltenen, hellen Geflügelsoße binden, Kroketten formen, in Ei und feinem Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken mit gebackener Petersilie und Zitronenspalte anrichten.

Geflügelnäpfchen

Feines Geflügelragout in ein Näpfchen geben, mit Spargelstücken und gedünsteten Tomatenwürfeln garnieren. Leicht mit holländischer Soße nappieren.

Geflügeltimbal

Gefettetes Förmchen mit Geflügelschaumbrot ausstreichen, feines Geflügelragout auffüllen, mit Geflügelschaumbrot zustreichen, im Wasserbad garziehen. Mit Champignons servieren.
Geflügeltimbal kann sowohl im Förmchen wie auch gestürzt serviert werden.

1.3.6. Warme Vorspeisen auf der Basis von Schlachtfleisch

Warme Vorspeisen auf Fleischbasis (Schlachtfleisch) lassen sich in großer Vielfalt herstellen. Allerdings sind sie infolge ihrer Zusammensetzung vom *Sättigungswert* her fast alle höher einzustufen als Vorspeisen. Sie sind deshalb durchweg als Imbiß zu betrachten. Jedoch ist es möglich, bei sehr kleinen Portionen auch die Richtwerte für Vorspeisen zu erreichen. Zu bevorzugen sind leicht verdauliche, fettarme Zubereitungen.

Bitok in Zwiebelsoße (Sowjetunion)

Siehe Bratklößchen, pikant.

Bratklößchen, pikant (Bitok)

Aus einer Hackmasse (zur Hälfte Schwein, zur Hälfte Rind) kleine, längliche Bratklößchen formen und braten. Anrichten und mit einer hellen Zwiebelsoße, die mit geschmorten Tomatenwürfeln und gehackten Delikateßgurken versetzt ist, überziehen.

Hirn, überbacken

Kremchampignons in ein gefettetes Förmchen geben, darauf Scheiben von pochiertem Hirn, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Kalbsmedaillon mit Früchten

Kalbsmedaillon rosa braten, auf kleiner Toastscheibe anrichten, in Butter gedünstete Apfelwürfel, Kirschen und Mandarinenspalten darübergeben, leicht mit einer Béarner Soße überziehen.

Ragout fin, überbacken

Feines Kalbfleischragout in ein feuerfestes Geschirr geben, mit holländischer Soße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken, Zitronenspalte extra.

Rindfleischklößchen, gebraten (Tefteli)

Aus einer Hackmasse aus Rindfleisch kleine Klößchen formen, rosa braten, in einer kräftig abgeschmeckten, paprizierten Tomatensoße garziehen.
(Je Portion rechnet man drei bis vier Klößchen mit etwas Soße.)

Schinkenröllchen mit Käse

Eine Scheibe Toast mit mehreren Schinkenröllchen belegen, mit einer Scheibe Schnittkäse abdecken, überbacken.

Tefteli (Sowjetunion)

Siehe Rindfleischklößchen, gebraten.

Würstchen mit jungen Erbsen (Sowjetunion)

Grillwürstchen oder in etwa 3 cm große Stücke geschnittene Wiener Würstchen rasch anbraten, mit in Butter angeschwenkten jungen Erbsen anrichten.

1.3.7. Warme Vorspeisen auf der Basis von Obst und Gemüse

Auch als warme Vorspeisen eignen sich Obst und Gemüse sehr gut, obwohl sie als kalte Vorspeise weitaus verbreiteter sind. Die gebräuchlichsten *Zubereitungen* für warme Vorspeisen aus Obst und Gemüse sind das *Backen in Fett* oder das *Überbacken.* Neben den nachstehend aufgeführten Grundzubereitungen lassen sich in großer Vielfalt Variationen entwickeln.

Backpflaumen im Speckmantel (Prunes in Bacon)

Eingeweichte Backpflaumen entsteinen, jede Pflaume mit einer dünnen Scheibe blanchiertem, mageren Speck umwickeln und zusammenstecken.
Im Ofen backen und auf Toast anrichten.

Blumenkohl, gebacken

Marinierte Blumenkohlröschen durch Backteig ziehen, in Fett backen. Trocken anrichten. Remouladensoße extra.

Champignons, gebacken

Marinierte Champignons durch Backteig ziehen, in Fett backen. Trocken anrichten. Tatarensoße extra.

Chicorée, gebacken

Gedünstete Chicoréestangen durch Backteig ziehen, in Fett backen.

Chicorée, überbacken

Gedünstete Chicoréestangen längs halbieren, mit einer dünnen Scheibe



Schinken belegen, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Prunes in Bacon (Großbritannien)

Siehe Backpflaumen im Speckmantel.

Schinkenbanane

Um eine geschälte Banane eine mit Senf bestrichene Kochschinkenscheibe wickeln, in feuerfestes Gefäß geben, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Spargel, gebacken

Etwa drei cm lange, gekochte Spargelstücke durch Backteig ziehen, in Fett backen. Trocken anrichten, Joghurtsoße aus Joghurt, Schnittlauch, Pfeffer und Salz extra.

1.3.8. Gemischte warme Vorspeisen bzw. Imbisse

Gemischte warme Vorspeisen sind ihrem Wesen nach Imbisse, da ihr *Sättigungswert* den einer Vorspeise weit übersteigt. Sie sind aber sehr gut als Zwischenverpflegung geeignet. Es handelt sich dabei nicht in erster Linie um eine Zusammenstellung verschiedener warmer Vorspeisen, sondern um eine Kombination einer Suppe mit einem Toast, der pikant belegt ist. Diese Kombination hat sich erst in den letzten Jahren als ein Ergebnis der sich verändernden Eßgewohnheiten herausgebildet. Sie sind unter dem Namen *Suppen-Set, Suppen-Imbiß* u. ä. bekannt.
Es lassen sich je nach Bedarf und Geschmack sehr unterschiedliche Variationen zusammenstellen.

Blumenkohlsuppe mit Lachstoast

Legierte Blumenkohlsuppe (Erzeugnis der Lebensmittelindustrie), Graubrottoast mit einer Lachsscheibe (Lachs in Öl aus der Dose) belegt, mit Eischeibe und Kapern garniert.

Hühnersuppe mit Schinkentoast

Hünhnersuppe mit Reis (Erzeugnis der Lebensmittelindustrie), Toast mit magerem Kochschinken und Spargel belegt, mit holländischer Soße überzogen, mit Reibekäse bestreut und überbacken. Anstelle von Spargel können auch Blumenkohlröschen verwendet werden.

Jägersuppe mit Wildfleischtoast

Jägersuppe (Erzeugnis der Lebensmittelindustrie), Toast mit Wildsteak und angeschwitzten Champignons belegt.

Schildkrötensuppe mit Steaktoast

Klare Schildkrötensuppe (Erzeugnis der Lebensmittelindustrie), Toast belegt mit einem kleinen Steak, mit Pfirsichscheiben abgedeckt und mit Choronsoße überzogen.

Spargelsuppe mit Salami-Ei-Toast

Spargelsuppe (Erzeugnis der Lebensmittelindustrie), Toast mit Rührei mit Salamistreifen belegt, mit Tomatenvierteln und Gurke garniert.

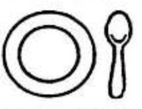
2. Suppen

2.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Suppen

Suppen können als warme oder kalte Speise angeboten werden. Sie sollen den Appetit anregen und den Magen für die nachfolgenden Speisen vorbereiten. Als *warme Speise* haben sie darüber hinaus die Aufgabe, den Magen vorzuwärmen; als *kalte Speise* sind sie eine sehr gute Erfrischung an heißen Tagen. Beliebt sind Suppen auch als kleine Zwischenmahlzeit in Form eines Imbisses, entweder allein oder mit einer pikant belegten Scheibe Brot kombiniert (siehe auch 1.3.8. Gemischte warme Vorspeisen und Imbisse). Diese vielfältigen Aufgaben können Suppen erfüllen, da es von ihnen viele Arten gibt, aus denen je nach gewünschtem Sättigungswert und Geschmack ausgewählt werden kann.
In zunehmendem Maße verbreitet es sich, Suppen in Tassen anzurichten. Das ist für eine Speisenfolge unbedingt zu empfehlen, ist aber auch für die Selbstbedienung sehr vorteilhaft. Es ist dabei zu unterscheiden zwischen *Normalsuppentassen* mit 250 cm^3 Fassungsvermögen und den *kleinen Tassen* mit 100 cm^3 Fassungsvermögen. Letztere werden vor allem für die sog. exotischen Suppen (z. B. Känguruhschwanzsuppe, Schildkrötensuppe) verwendet.
Der *Nährwert* von Suppen, gemessen in kJ (kcal), kann sehr unterschiedlich sein. Er ist am niedrigsten bei den Brühen und am höchsten bei den Kremsuppen und Püreesuppen. Beispielsweise weisen Hühnerbrühe ohne Einlagen etwa 165 kJ (40 kcal), Brühe mit Gemüse und Nudeln etwa 565 kJ (135 kcal), Tomatensuppe mit Reis etwa 1090 kJ (260 kcal), Kartoffelsuppe etwa 1900 kJ (450 kcal) auf.[1]
Für die Vielzahl der Suppen sind mehrere Einteilungen möglich und auch üblich. Eine einfache Unterteilung ist die nach der Verzehrtemperatur in die großen Gruppen der warmen und der kalten Suppen und danach deren weitere Untergliederung. Im folgenden Text wird danach verfahren.

---

[1] Beispiele aus der Sortimentskartei der Hauptdirektion (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



2.2. Warme Suppen

Warme Suppen sind die größte Gruppierung innerhalb der Gesamtgruppe Suppen und auch am verbreitetsten im Speisenangebot. Sie werden in die Untergruppen

ungebundene Suppen, gebundene Suppen, Nationalsuppen

eingeteilt.

2.2.1. Ungebundene Suppen

Ungebundene Suppen werden auch als *klare Suppen* bezeichnet. Allen ungebundenen Suppen ist gemeinsam, daß sie nicht durch ein stärkehaltiges Lebensmittel, wie Mehl, oder durch ein Püree gebunden sind. Ihre Grundlagen sind eine kräftige Brühe und eine Einlage. Nach Art der Brühe und nach dem Umfang der Einlage ergeben sich weitere Einteilungen der ungebundenen Suppen. Man unterscheidet zwischen

Brühen, Kraftbrühen, doppelten Kraftbrühen,
Brühsuppen (auch als klare Suppen bezeichnet),
exotischen Suppen.

2.2.1.1. Brühen, Kraftbrühen, doppelte Kraftbrühen

Brühen werden aus Knochen, Fleisch (Schlachtfleisch), Wild, Fisch oder aus Gemüsen hergestellt. Man unterscheidet

Knochenbrühe (aus Rinderbrühknochen),
Fleischbrühe (Bouillon),
Geflügelbrühe (Hühnerbrühe),
Fischbrühe,
Wildbrühe,
Braune Grundbrühe,
sonstige Brühen (z. B. Pilzbrühe, gemischte Gemüsebrühe).

Knochenbrühe (Grundzubereitung)

Zerkleinerte und gewaschene Rinderbrüh- und Rindermarkknochen kalt ansetzen, aufkochen, abschäumen, mehrere Stunden ziehen lassen, kurz vor Ende des Garvorgangs die sog. Garnitur (Suppengemüse, wie Möhren, Sellerie, Petersiliewurzel, angeröstete Zwiebel, Lorbeerblatt) hinzugeben. Noch etwa eine Stunde ziehen lassen, passieren und entsprechend weiterverarbeiten.

Hinweis: Geschmacklich möglichst mild halten, um vielfältige Weiterverarbeitung zu ermöglichen.

Fleischbrühe (Bouillon)

Suppenfleisch (Rinderkochfleisch) in einer Knochenbrühe oder in Wasser ansetzen, langsam garen. Kurz vor Abschluß der Garzeit die sog. Garnitur hinzugeben (Suppengemüse, wie Möhren, Sellerie, Petersiliewurzel, angeröstete Zwiebel) und noch etwas ziehen lassen. Passieren und entsprechend weiterverarbeiten.

Geflügelbrühe (Hühnerbrühe)

Suppenhühner in Wasser langsam garen, kurz vor Abschluß der Garzeit Suppengemüse (nur geringer Möhrenanteil) hinzu-

geben, noch etwa eine halbe Stunde ziehen lassen, passieren und entsprechend weiterverarbeiten.
Hinweis: Geflügelbrühe kann auch nur aus Geflügelknochen oder Geflügelklein hergestellt werden.
Obwohl meist Hühner oder -klein Grundlage der Geflügelbrühe sind, kann für Spezialsuppen auch anderes Geflügel verwendet werden.

Fischbrühe

Fischabgänge (Gräten, Köpfe ohne Augen und Kiemen, Haut) sorgfältig säubern und mit grob zerkleinertem Suppengemüse und Lorbeerblatt kalt ansetzen, aufkochen und etwa 30 Minuten ziehen lassen, passieren und entsprechend weiterverarbeiten.

Wildbrühe

Zerkleinerte Wildknochen anbraten, Bratgemüse (Möhren, Sellerie, Zwiebel) und einige zerdrückte Wacholderbeeren zufügen, mitbraten, mit Wasser ablöschen, reduzieren, auffüllen, aufkochen und langsam ziehen lassen. Als Gewürze dienen ferner Thymian und Lorbeerblatt.
Passieren, abfetten und entsprechend weiterverarbeiten.

Braune Grundbrühe

Zerkleinerte Kalbs- oder Schweinsknochen anbraten, Bratgemüse zugeben, mitbraten lassen, ablöschen, reduzieren, auffüllen, aufkochen und langsam weiterkochen.
Passieren, abfetten und entsprechend weiterverarbeiten.
Hinweis: Nach dem Anbraten der Knochen kann noch Tomatenmark zugefügt werden.

Kraftbrühen entstehen durch Weiterverarbeitung der vorstehend erläuterten Grundbrühen mit dem dazu passenden Klärfleisch.

Kraftbrühe (Rinderkraftbrühe) (fachfranzösisch *Consommé*)

Mageres Rindfleisch (Rinderhesse) mit Suppengrün fein zerkleinern (wolfen), mit Eiklar und etwas Wasser zu einem Brei verrühren, abgekühlte Fleischbrühe nach und nach in diesen Brei verrühren, langsam aufkochen und etwa 60 Minuten ziehen lassen (ohne zu kochen). Danach passieren, entfetten und entsprechend weiterverarbeiten.
Hinweis: Wird der Begriff Kraftbrühe ohne weitere Bezeichnung – z. B. Geflügelkraftbrühe – verwendet, handelt es sich stets um die vorstehende Zubereitung von Rindfleischkraftbrühe.

Doppelte Kraftbrühe (Consommé double)

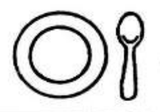
Zubereitung wie unter Kraftbrühe (Rinderkraftbrühe), es wird jedoch auf die gleiche Menge Brühe die doppelte Menge Klärfleisch verwendet.
Brühen werden fast immer mit einer *Einlage* versehen. Erfolgt das in Ausnahmefällen nicht, so werden dafür eine bzw. mehrere kleine Pasteten extra gegeben oder ein anderes Gebäck dazu gereicht. Bei den Einlagen handelt es sich meist um Kombinationen (z. B. Gemüsewürfel, Klößchen und Ei). Häufig werden bißfest gegarte Teigwaren, Reis und gedünstete Gemüsestreifen oder -würfel als

Fischkraftbrühe

Zubereitung wie unter Kraftbrühe (Rinderkraftbrühe), als Klärfleisch wird allerdings Fischfleisch und als Brühe Fischbrühe verwendet.

Geflügelkraftbrühe

Zubereitung wie unter Kraftbrühe (Rinderkraftbrühe), als Klärfleisch wird Geflügelfleisch und als Brühe Geflügelbrühe verwendet.



Einlage verwendet. Die Einlage für eine Brühe soll nicht zu reichlich bemessen sein, da die Brühe den Appetit anregen, aber nicht sättigen soll. Als *Faustregel* für die Menge der Einlagen gilt: ein gehäufter Teelöffel für eine Tasse Brühe. Neben diesen sehr verbreiteten Einlagen existieren noch weitere spezielle Zusammenstellungen bzw. Zubereitungen. Die folgenden Beispiele nennen die verbreitesten Einlagen für Brühen.

Beispiele für Einlagen

Eierkuchenstreifen (Flädle, Celestine)

Kleine ungesüßte Eierkuchen werden nach dem Erkalten in dünne (etwa 2···3 cm lange) Streifen geschnitten.

Eierstich

Eine Mischung aus Eiern, Milch und Gewürzen (Grundportion auf 6 Eier $^1/_2$ l Milch) wird passiert und in eine gefettete Form oder in einen Kunststoffdarm (nach dem Füllen zubinden) gegeben, im Wasserbad gargezogen (nicht kochen). Nach dem Erkalten in Würfel, Streifen oder Scheibchen schneiden.
Hinweis: Eierstich kann auch hergestellt werden, wenn ein Teil der Milch durch ein Gemüsepüree, Tomatenmark, Hühnerfleischpüree u. a. ersetzt wird.

Flädle

Siehe Eierkuchenstreifen.

Fischklößchen

Zubereitung wie unter Leberklößchen, jedoch nur unter Verwendung von Fischfleisch, Semmelmehl, Ei und Gewürzen.

Fleischklößchen

Zubereitung wie unter Leberklößchen, jedoch ohne Verwendung von Leber.

Geflügelklößchen

Zubereitung wie unter Leberklößchen, jedoch nur unter Verwendung von Geflügelfleisch, Semmelmehl, Ei und Gewürzen.

Grießklößchen

Eine Grießbrandmasse mit Eigelb veredeln, mit dem Teelöffel Klößchen abstechen, in Salzwasser garen.

Leberklößchen

Aus zerkleinerter Rinds- oder Schweineleber (gewolft), Rind- und Schweinefleisch, Semmelmehl, Salz, Pfeffer, Majoran und Ei eine Masse herstellen. Mit dem Teelöffel Klößchen abstechen und in Knochenbrühe oder Salzwasser garen.

Markklößchen (Schwemmklößchen, Schwimmklößchen)

In Würfel geschnittenes Rindermark leicht erwärmen und mit Eigelb schaumig rühren, feine geriebene Semmel, gehackte Petersilie, Salz, Muskat, Pfeffer zugeben und alles zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten (Grundportion 100 g Rindermark, 200 g geriebene Semmel, 2 Eier oder 3 Eigelb). Mit dem Teelöffel Klößchen abstechen, in Salzwasser garen.

Nudeltaschen (Ravioli)

Nudelteig dünn ausrollen, rund ausstechen (etwa 6 cm Durchmesser), die Hälfte jeder runden Fläche mit einer Füllung (z. B. einem gut gebundenen Spinat) belegen, andere Hälfte darüberschlagen und andrücken, in Salzwasser garen.

Ravioli

Siehe Nudeltaschen.

Schwemmklößchen

Siehe Markklößchen.

Suppeneinlauf

Eier aufschlagen und mit etwas Mehl und Milch verrühren (Grundproportion auf ein Ei 10 g Mehl), mit Muskatnuß abschmecken, durch einen Durchschlag in die kochende Brühe einlaufen lassen. Es bilden sich große Flocken, die jedoch nur aufkochen dürfen, danach läßt man die Suppe ziehen.

Beispiele für Brühen mit verschiedenen Einlagen

Brühe mit Artischocken

Gewürfelte Artischockenböden, körnigen Reis, kleine Brandteigkrapfen in Brühtasse geben, heiße, mit Curry abgeschmeckte Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Brandteigkrapfen (Profiteroles)

Heiße Brühe in Tasse füllen, obenauf kleine, auf dem Blech oder in Fett gebackene Brandteigkrapfen (Erbsengröße) und feingeschnittenen Schnittlauch geben.

Brühe mit Eiflocken

Eier mit dem Schneebesen gut verrühren und in die heiße Brühe geben (es kann auch Suppeneinlauf verwendet werden), aufkochen lassen, gut durchrühren, in die Tasse füllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Eierkuchenstreifen (Celestine)

Streifen von ungesüßten Eierkuchen in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Eierstich

Eierstichwürfel in die Tasse geben, mit gedünsteten jungen Erbsen oder Tomatenwürfeln ergänzen, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Eierstich, Reis und Schinken

Würfel von Eierstich, gekochtem Schinken und körnig gekochten Reis in die Brühtasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Eigelb

Eigelb in die Brühtasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Ganzei

Ein ganzes Ei in die Brühtasse geben, kochend heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Fadennudeln und Pökelzunge

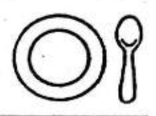
Streifen von gekochter Pökelzunge, bißfest gekochte Fadennudeln, gehackte Kräuter in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen.

Brühe mit feinen Kräutern

Gehackte Petersilie, Schnittlauch, Liebstöckl und andere Kräuter mit körnig gekochtem Reis in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen.

Brühe mit Fleischklößchen, Champignons und Spargel

Gegarte Fleischklößchen, Champignonscheiben und Spargelstücke in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.



Brühe mit Gänseleberklößchen und Trüffelstreifen

Gegarte Gänseleberklößchen, Spargelstücke, feine Streifen von Trüffeln in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen.

Brühe mit Geflügelklößchen und Spargel

Geflügelklößchen und Spargelstücke in die Brühtasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Gemüsestreifen (Julienne)

Gedünstete Gemüsestreifen (Möhren, Sellerie, Porree) in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Gemüsewürfelchen (Brunoise)

Gedünstete Gemüsewürfelchen (Möhren, Sellerie, Porree) in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.
Hinweis: Kann auch mit Grießklößchen ergänzt werden.

Brühe mit Grießklößchen

Grießklößchen und Streifen von gedünstetem Kopfsalat in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Grünspargel

Gegarte Grünspargelstücke und Eierstichwürfel in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Hühnerfleisch und Eierstich

Kleine Würfel von Hühnerfleisch und Eierstich in die Tasse geben, heiße, leicht tomatisierte Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Klößchen

Klößchen (z. B. Markklößchen, Geflügelklößchen, Kalbfleischklößchen, Fischklößchen) und fein zerkleinertes, gedünstetes Gemüse in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Krabbenschwänzen und Ei

Ein Eigelb und gegarte Krabbenschwänze in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Lauch und Kartoffeln

Gegarte, feinwürflige Kartoffeln und gedünstete Porreestreifen in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Leberklößchen

Gegarte Leberklößchen, feingeschnittenen Schnittlauch, geröstete Brotwürfel in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Mark

Scheiben von gut gewässertem Rindermark (etwa $1/2$ cm dick) in die Tase geben, heiße Brühe aufüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Markklößchen (Schwemmklößchen)

Markklößchen und feingeschnittenen Schnittlauch in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen.

Brühe mit Nudeln

Bißfest gekochte Nudeln und Streifen von Rind- oder Geflügelfleisch in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Profiteroles

Siehe Brühe mit Brandteigkrapfen.

Brühe mit Ravioli

Siehe Brühe mit Teigtaschen.

Brühe mit Reis und jungen Erbsen (Risi-Pisi)

Junge Erbsen und körnig gekochten Reis in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Rosenkohl

Gegarte, kleine Rosenkohlbällchen und Eierstichwürfel in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Sago und Tomatenwürfeln

Würfel von abgezogenen Tomaten, junge Erbsen und körnig gekochten Reis in die Tasse geben, heiße Brühe, in der Sago gegart wurde, auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Schwemmklößchen

Siehe Brühe mit Markklößchen.

Brühe mit Teigtaschen (Ravioli)

Gegarte, kleine Teigtaschen mit verschiedenartiger Füllung (z. B. Spinat, Fleischfarce, Geflügelfarce) in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Tomateneierstich

Würfel von Tomateneierstich (Eierstich, bei dessen Herstellung der Grundmasse Tomatenwürfel oder Tomatenmark zugesetzt wurde) und körnigen Reis in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit Tomatenwürfeln und Reis

Wüfel von abgezogener Tomate, feingeschnittenen Schnittlauch, körnig gekochten Reis in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen.

Brühe mit Tomate und Peperoni

Würfel von abgezogener Tomate, Peperoniwürfelchen, körnig gekochten Reis in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Brühe mit verlorenem Ei und Gemüse

Ein verlorenes (pochiertes) Ei und gedünstete Gemüsestreifen in die Tasse geben, heiße Brühe auffüllen, mit gehackten Kräutern bestreuen.
Die vorstehenden Beispiele gelten auch für Kraftbrühe und doppelte Kraftbrühe. Sie stellen eine Auswahl aus der Vielzahl der möglichen Kombinationen dar. Als Brühe kann sonst Knochenbrühe, Fleischbrühe oder Geflügelbrühe verwendet werden.

Bouillon

Siehe Fleischbrühe.

Clear Mockturtlesoup

(auch Clear Mock Turtle Soup)
Siehe Klare Kalbskopfsuppe.

Clear Oxtailsoup (Oxtail clear)

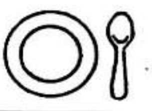
(auch Clear Oxtail Soup)
Siehe Klare Ochsenschwanzsuppe.

Consommé

Siehe Kraftbrühe.

Consommé double

Siehe Doppelte Kraftbrühe.



Entenbrühe, überkrustet

Gedünstete Gemüsestreifen und kleine Entenfleischklößchen in die Tasse geben, heiße, mit Dessertwein (Portwein) abgeschmeckte Entenbrühe auffüllen, dick mit Reibekäse bestreuen und rasch überbacken.

Fasanenbrühe mit Champignons

Fasanenbrühe aus den Karkassen gebratener Fasanen herstellen, Champignonscheiben und Streifen von gegartem Fasanenfleisch in die Tasse geben, mit der heißen, kräftig abgeschmeckten Fasanenbrühe auffüllen.

Fischbrühe mit Austern

Streifen von gedünstetem Seekohl (Konserve, Import aus der Sowjetunion), Streifen von gargezogenen Austern, Fischklößchen in die Tasse geben, heiße Fischbrühe (mit Weißwein abgeschmeckt) auffüllen.

Fischbrühe mit Fischfleisch und Klößchen

Gargezogene Streifen von Fischfilet, Fischklößchen, körnig gekochten Reis, gedünstete Gemüsewürfelchen (Brunoise) in die Tasse geben, heiße, mit Curry abgeschmeckte Fischbrühe auffüllen.

Fischbrühe mit Klößchen und Champignons

Gegarte Fischklößchen, körnig gekochten Reis, Champignonscheiben in die Tasse geben, heiße, mit Safran leicht abgeschmeckte Fischbrühe auffüllen.

Fischbrühe mit Muscheln

Gegartes Muschelfleisch (Konserve), Würfel von abgezogenen Tomaten, junge Erbsen in die Tasse geben, heiße, mit Muskat abgeschmeckte Fischbrühe auffüllen, mit gehackten Kräutern (möglichst mit Dill) und gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Klare Kalbskopfsuppe (Clear Mockturtlesoup) (Großbritannien)

Streifen oder Würfel von gekochtem Kalbskopf, gegarte Kalbfleischklößchen, Champignonscheiben, Selleriewürfelchen mit heißer Rindfleischbrühe, die mit Thymian, Salbei, Majoran, Muskat, Lorbeer und Nelke abgeschmeckt ist, aufkochen. Mit Sherry oder Madeira abschmecken.

Klare Ochsenschwanzsuppe (Clear Oxtailsoup, Oxtail clear) (Großbritannien)

Zerkleinerten Ochsenschwanz anbraten, Bratgemüse (Möhren, Sellerie, Zwiebeln) dazugeben und mitbraten, mit Tomatenmark und etwas Wasser ablöschen, reduzieren, schmoren, mit Knochenbrühe auffüllen, kochen, bis das Ochsenschwanzfleisch weich ist. Passieren, entfetten, mit Rotwein oder Sherry abschmecken. Das vom Kochen gelöste Fleisch in feine Würfel schneiden, in die Tasse geben, heiße Ochsenschwanzsuppe auffüllen. *Hinweis:* Die Suppe wird auch mit Thymian abgeschmeckt. Es ist ferner möglich, ganz leicht mit Knoblauch den Geschmack abzurunden.

Oxtail clear

Siehe Klare Ochsenschwanzsuppe.

Pilzkraftbrühe

Stark aromatische Pilze oder gut gesäuberte Pilzabschnitte mit Klärfleisch (Rinderhesse, gewolft), Eiklar und zerkleinertem Suppengrün verrühren, mit abgekühlter Fleischbrühe nach und nach vermischen, aufkochen, etwa eine Stunde ziehen lassen. Danach passieren, Einlage Pilzfleisch oder Pilzklößchen und Eierstichwürfel.

Taubenbrühe mit Gemüsen

Tauben anbraten und mit Suppengemüse kochen, Brühe passieren, Taubenfleisch in

kleine Würfel schneiden, mit gedünsteten Gemüsewürfeln in die Tasse geben, heiße Taubenbrühe auffüllen.

Taubenbrühe mit Pökelzunge und Klößchen

Gegarte Taubenfleischklößchen, Streifen von gekochter Pökelzunge und junge Erbsen in die Tasse geben, heiße Taubenbrühe auffüllen.

Wildbrühe mit Pilzen

Gedünstete Pilzscheiben, gegarte Faconnudeln (Buchstaben oder Sternchen), kleine Würfel von gegartem Wildfleisch in die Tasse geben, heiße, mit Sherry abgeschmeckte Wildbrühe auffüllen.

Wildbrühe mit Klößchen

Gegarte Wildfleischklößchen, zerkleinerte, gedünstete Pilze in die Tasse geben, heiße, mit Madeira oder einem anderen trockenen Dessertwein abgeschmeckte Wildbrühe auffüllen.

Wildbrühe mit Wachtelei

Ein hartgekochtes, geschältes Wachtelei, Champignonscheiben oder andere gedünstete Pilze, kleine Würfel von Wildfleisch in die Tasse geben, heiße, mit Portwein abgeschmeckte Wildbrühe auffüllen.

Wildbrühe mit Wachtelfleisch und Champignons

Streifen von Wachtelfleisch und Champignonscheiben in die Tasse geben, heiße, aus Wachteln bereitete Wildbrühe, die mit Portwein abgeschmeckt ist, auffüllen.

Wildkraftbrühe mit Grünspargel

Wildfleischklößchen, gegarte Grünspargelstücke, körnig gekochten Reis in die Tasse geben, heiße Wildkraftbrühe auffüllen.

Zuppa alla Pavese (Italien)

Ein Ei in die Tasse schlagen, heiße Brühe auffüllen, in Butter angebratene, ausgestochene Toastscheibe auflegen, mit Reibekäse dick bestreuen, überbacken.

2.2.1.2. Brühsuppen (klare Suppen)

Brühsuppen sind ungebundene Suppen, also solche, die nicht durch Mehl, ein anderes stärkehaltiges Lebensmittel oder ein Püree gebunden sind. Ihre Grundbestandteile sind eine kräftige Brühe und eine reichliche Einlage. Von den Brühen unterscheiden sie sich in erster Linie durch den höheren Anteil der Einlage. Infolgedessen liegt auch ihr *Sättigungswert* höher, ohne allerdings den der gebundenen Suppen auch nur annähernd zu erreichen. Bedingt durch die größere Einlage werden Brühsuppen in Tellern angerichtet bzw. in der Silbertasse und dann vor dem Gast in den Suppenteller geschüttet. In einigen Ländern ist es auch üblich, Brühsuppen durch den Kellner direkt vor dem Gast aus der Suppenterrine in die Teller zu füllen. Bei den Brühsuppen ist eine große Variationsbreite sowohl durch die verwendete Brühe (z. B. Fleischbrühe, Geflügelbrühe, Fischbrühe) oder die unterschiedliche Zusammenstellung der Einlagen möglich.

Bohnen-Suppe, Grüne-

Rindfleisch kochen, in dieser Brühe geschnittene grüne Bohnen und Kartoffelwürfel mit geribbeltem Bohnenkraut garen, das würflig geschnittene Rindfleisch hinzufügen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Einlaufsuppe

In kochende Brühe eine dünnflüssige Mischung aus Ei, wenig Mehl, Milch, Salz und geriebener Muskatnuß einlaufen lassen, aufkochen und mit dem Schneebesen gut durchrühren. Einlage junge Erbsen und kleine Rindfleischwürfel.



Entenfleischsuppe mit Sellerie

Entenfleischwürfel, gedünstete Selleriewürfel, körnig gekochten Reis mit heißer Entenbrühe auffüllen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Fasanensuppe mit Pilzen

Fasanenfleischwürfelchen, Champignonscheiben oder Scheiben von anderen, gedünsteten Pilzen, Grießklößchen mit heißer Fasanenbrühe auffüllen. Mit Sherry oder Portwein abschmecken.
Hinweis: Eine Variante besteht darin, anstelle der Grießklößchen gegarte Linsen als Einlage mit zu verwenden.

Fischsuppe mit Gemüsen, Klare

Zerkleinertes Gemüse (Möhren, Sellerie, Porree) mit Zwiebeln in Öl anschwitzen, Würfel von Fischfilet und Piment zugeben, heiße Fischbrühe (mit Lorbeerblatt) auffüllen, garen. Mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken, mit gehackten Kräutern (vor allem Dill) bestreuen.

Fischsuppe mit Kraut

Grob geschnittenes Sauerkraut mit Speck und Zwiebel anschwitzen, mit Streifen von Fischfilet dünsten, heiße Fischbrühe mit Lorbeerblatt und Pfefferkörnern auffüllen, garen. Mit etwas Tomatenmark abschmecken, mit gehacktem Dill bestreuen.

Flädlesuppe (Österreich, ČSSR)

Reichlich Streifen von Eierkuchen und junge Erbsen mit heißer Brühe auffüllen, mit viel gehackter Petersilie bestreuen.

Frühlingssuppe

Streifen von Wurzelgemüse, Blumenkohlröschen, Spargelstücke und grüne Erbsen in Brühe garen, zuletzt Würfel von Eierstich oder zerrührtem Ei hinzugeben, aufkochen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Geflügelsuppe mit Erbsen und Fadennudeln

Geflügelfleischwürfel, bißfest gekochte Fadennudeln, junge Erbsen mit heißer Geflügelbrühe auffüllen, aufkochen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Gemüsesuppe (Grundzubereitung)

Verschiedene zerkleinerte Gemüse mit etwas Öl dünsten, heiße, kräftige Brühe auffüllen, garen, mit gehackten Kräutern bestreuen.
Hinweis: Es sind noch weitere Einlagen üblich, wie körnig gekochter Reis, Nudeln oder Kartoffelstückchen.

Gemüsesuppe mit Ei

Siehe Frühlingssuppe.

Gemüsesuppe mit Fleischklößchen

Zerkleinerte Gemüse (Möhren, Sellerie, Porree, Erbsen, Kraut) dünsten, gekochte Kartoffelwürfelchen und Fleischklößchen zugeben, heiße Brühe auffüllen, aufkochen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Gemüsesuppe mit Rindfleisch

Zerkleinerte Gemüse (Möhren, Sellerie, Porree, Kraut) in Bouillonfett (von einer Rindfleischbrühe abgeschöpftes Fett) dünsten, heiße Fleischbrühe auffüllen, garen. Rindfleischwürfel hinzugeben, aufkochen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Gemüsesuppe mit Schweinefleisch, scharf gewürzt

Siehe Satsuma Jiru.

Gräupchensuppe mit Hammelfleisch

Suppengemüse in Bouillonfett von Hammelfleischbrühe oder Öl dünsten, wenig Gerstengräupchen hinzugeben,

heiße Hammelbrühe auffüllen, garen, Hammelfleischwürfel hinzugeben, aufkochen, mit gehackten Kräutern bestreuen.
Hinweis: Die Gräupchensuppe kann anstatt mit Hammelfleisch auch mit Rindfleisch zubereitet werden.

Hamaguri Ushiojitate (Japan)

Frische Spinatblätter oder Brunnenkresse mit Salzwasser überbrühen und abtropfen lassen. In leichter Brühe kleine Champignons garen und zuletzt Muscheln (Dosenware) zugeben und alles durchziehen lassen. Mit Sojasoße, Glutal und Salz abschmecken. Beim Anrichten zunächst Muscheln, Spinatblätter oder Kresse, Pilze und dünne Zitronenscheiben in die Suppenschale dekorativ legen, dann die heiße Suppe so vorsichtig einfüllen, daß die dekorative Einlage nicht verschoben wird.

Heilbuttminestra

Weißkohlstreifen, Tomatenwürfel, Fischfiletstreifen mit Zwiebel und Speck anschwitzen, heiße Fischbrühe mit Lorbeerblatt, Nelken, Pfeffer und einer Spur Majoran auffüllen, garen, zuletzt körnig gekochten Reis zugeben und mit gehackten Kräutern bestreuen.

Hühnerkleinsuppe mit Reis (Grundzubereitung)

Gegartes Hühnerklein würfeln, mit körnig gekochtem Reis vermengen, mit heißer Hühnerbrühe aufkochen. Mit gehackten Kräutern bestreuen.
Hinweis: Die Suppe kann auch nur mit einzelnen Bestandteilen des Kleins, z. B. Hühnermagen, Hühnerherzen, hergestellt werden.

Hühnersuppe mit Spargel

Hühnerfleischwürfel einschließlich Leber, gedünstete Gemüsestreifen und Spargelstücken mit heißer Hühnerbrühe auffüllen, aufkochen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Karottensuppe

Fein zerkleinerte Karotten in Öl dünsten, heiße Brühe auffüllen, aufkochen, körnig gekochten Reis hinzufügen, mit gerösteten Semmelwürfeln und gehackten Kräutern bestreuen.

Kartoffelsuppe mit Würstchen

Kartoffelscheiben mit feinzerkleinertem Suppengemüse und Zwiebel in Öl dünsten, heiße Brühe auffüllen, garen. Mit gehackten Kräutern bestreuen. Wiener Würstchen oder Scheiben von Bockwurst als Einlage.

Leberspätzlesuppe

Leberhackmasse durch einen groben Durchschlag in kochende Brühe drücken und aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Majoran kräftig abschmecken.

Leberklößchensuppe (ČSSR)

Leberklößchen, bißfest gekochte Fadennudeln und feine Streifen von Gemüsepaprika mit kräftiger Fleischbrühe aufkochen, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Lungensuppe mit Nudeln

Lunge und Herz kochen, in Streifen schneiden, mit bißfest gekochten Nudeln vermengen, mit der heißen Brühe auffüllen, aufkochen. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Muschelsuppe mit Pilzen

Siehe Hamaguri Ushiojitate.



Muschelsuppe mit Reis

Lauchstreifen (Porreestreifen) mit Zwiebel anschwitzen, Muscheln (aus der Dose) und deren Fond, bißfest gekochten Reis und etwas Brühe zugeben, aufkochen, mit Pfeffer und Safran abschmecken.

Reissuppe mit Blumenkohl

Mit Curry gegarten Reis und gegarte Blumenkohlröschen und Rindfleischwürfel vermengen, mit kräftiger Brühe aufkochen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Rindfleischsuppe

Siehe Gemüsesuppe mit Rindfleisch.

Rindfleischsuppe mit Nudeln

Rindfleischwürfel, bißfest gekochte Nudeln, gedünstetes Suppengemüse mit heißer Fleischbrühe aufkochen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Satsuma Jiru (Japan)

In kleine Würfel geschnittenes, mageres Schweinefleisch mit wenig Wasser kalt ansetzen, aufkochen lassen und aus dem Sud nehmen. Schweinsknochen kalt ansetzen und etwa 30 Minuten kochen lassen. Dann durch ein Tuch oder mit Mull ausgelegtes Sieb gießen. Trockenpilze dämpfen. In der Schweinsknochenbrühe geraspelte Möhre und Streifen von weißer Rübe oder Eiszapfenrettich zum Kochen bringen, dazu kleine Würfel von Kohlrüben oder Süßkartoffeln geben, wieder aufkochen und den Schaum entfernen. Dann mit den gedämpften Trockenpilzen und den Schweinefleischwürfelchen ergänzen und etwa 8 bis 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend mit Sojapaste abschmecken und kurz vor dem Anrichten geraspelte Schwarzwurzel in die Suppe geben und noch mit durchziehen lassen. Beim Anrichten mit feinen Streifen von Zwiebellauch oder Porree und wenig Chilli bestreuen.

Weißkohlsuppe

Weißkohlstreifen mit Streifen von Sellerie und Möhren dünsten, mit heißer Fleischbrühe auffüllen, aufkochen, Streifen von Kartoffeln zugeben, garen. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Wildsuppe mit Pilzen

Wildfleischwürfel mit bißfest gekochten Teigwaren (Teigmuscheln), gedünsteten Pilzen in heißer Wildbrühe aufkochen, mit Portwein oder einem anderen trockenen Dessertwein abschmecken.

2.2.1.3. Exotische Suppen

Der Name exotische Suppen rührt daher, daß es sich um ungebundene Suppen handelt, die ihrem Wesen nach Brühen von exotischen Tieren darstellen. Während diese Suppen früher aus solchen Tieren (z. B. Schildkröten) in den Küchen selbst hergestellt wurden, werden sie heute fertig bezogen. Sie sind jetzt fast ausnahmslos industriell hergestellte Suppen aus Schildkrötenfleisch, Känguruhschwanzfleisch, chinesischen Schwalbennestern, Haifischflossen, Trepang (Seegurken). Die Herstellerbetriebe erhalten die Rohstoffe oder entsprechende Extrakte aus den Ursprungsländern und bereiten daraus mit weiteren Zutaten die Suppen zu. Sie kommen als Naßkonserven in den Handel und sind im Prinzip bereits verzehrreif. Meist handelt es sich jedoch um *konzentrierte Suppen;* es ist deshalb ein Verlängern mit einer kräftigen Rindfleischbrühe in dem auf der Dose angegebenen Verhältnis möglich. Die Suppen sind bereits mit einer Einlage versehen und können – obwohl bereits verzehrreif – im Sinne von Grundsuppen weiterverarbeitet wer-

den. So kann die Einlage durch Champignonscheiben, gedünstete Gemüsewürfelchen (Brunoise) verstärkt werden. Die Suppen sollen beim Erhitzen nicht mehr aufkochen. Es empfiehlt sich ein Abschmecken mit Portwein oder einem anderen trockenen Dessertwein oder Weinbrand. Angerichtet wird in einer Menge von 100 cm^3 in kleinen Porzellantassen. Eine weitere Veredelung ist durch ein Häubchen aus geschlagener (ungesüßter) mit Curry vermischter Sahne (sog. Currysahne) möglich. Das ist z. B. bei Schildkrötensuppe üblich.
In der DDR werden folgende exotische Suppen vom VEB Excellent, Dresden, hergestellt:

Haifischflossensuppe,
Känguruhschwanzsuppe,
Schildkrötensuppe, echte
(Real Turtle Soup),
Schwalbennestersuppe,
Trepangsuppe.

2.2.2. Gebundene Suppen

Gebundene Suppen sind durch Mehl, Grieß, ein anderes stärkehaltiges Lebensmittel oder ein Püree verdickt. Ihr *Sättigungswert* liegt über dem der ungebundenen Suppen, ist jedoch zwischen den einzelnen Gruppen und innerhalb dieser Gruppen zwischen den einzelnen Suppen noch recht unterschiedlich. Innerhalb einer Speisenfolge sollten sie infolge ihres Sättigungswerts nur in kleinen Portionen gegeben werden. Sie eignen sich allein oder kombiniert mit einer pikant belegten Schnitte (siehe auch 1.3.8. Gemischte warme Vorspeisen bzw. Imbisse) oder in anderer Weise ergänzt gut als Imbiß.
Gebundene Suppen existieren in großer Zahl; um sie überschaubar zu machen, sind verschiedene Einteilungen üblich. In den folgenden Ausführungen wird gegliedert nach

einfachen gebundenen Suppen,
legierten Suppen oder Kremsuppen,
Püreesuppen,
braunen Suppen,
süßen Suppen.

2.2.2.1. Einfache gebundene Suppen

Einfache gebundene Suppen werden auch als *helle Suppen, Schleimsuppen (Veloutés)* bezeichnet. In ihrer *Grundzubereitung* bestehen sie aus einer hellen Mehlschwitze, die mit einer kräftigen Brühe verkocht und mit verschiedenen Einlagen versehen ist. Bei einigen Zubereitungen wird das Mehl, der Grieß oder ein anderes stärkehaltiges, bindendes Lebensmittel auch direkt in die siedende Flüssigkeit eingerührt und dann gut durchgekocht.

Einfache helle Suppe
(Grundsuppe, Grundzubereitung)

Eine helle Mehlschwitze herstellen, mit hellem Fond auffüllen (Knochenbrühe, Fleischbrühe, Fischbrühe, Geflügelbrühe, Gemüsebrühe), verrühren, durchkochen, passieren.
Grundproportionen: 30 g Fett, 100 g Mehl, 2,5 l heller Fond (kann teilweise durch Milch ersetzt werden).

Hinweis: Werden mit der Mehlschwitze Zwiebelwürfel goldgelb angeschwitzt, erhält die Suppe einen kräftigeren Geschmack.

Artischockensuppe

Helle Suppe mit Artischockenpüree und Würfeln von Artischockenböden aufkochen, Sago als Einlage.



Auberginensuppe mit Fischklößchen (Eierfruchtsuppe)

Helle Suppe mit Auberginenpüree verkochen, Einlage Auberginenstreifen und gargezogene Fischklößchen. Leicht mit Weißwein abschmecken.

Biersuppe

Einfaches Bier mit Zimt und etwas Zucker aufkochen, mit angerührtem Mehl abziehen, mit Zitronensaft abschmecken, mit gerösteten Brotwürfeln bestreuen.

Blumenkohlsuppe (Grundzubereitung)

Helle Suppe aus Blumenkohlfond herstellen (teilweise Milch zum Auffüllen verwenden), passieren, Blumenkohlröschen als Einlage, mit Muskat abschmecken.

Blumenkohlsuppe mit Ei und Tomate

Blumenkohlsuppe mit Einlage von Eierstich, gedünsteten Tomatenwürfeln und Blumenkohlröschen.

Blumenkohlsuppe mit Erbsen

Blumenkohlsuppe mit Einlage von gedünsteten jungen Erbsen, Blumenkohlröschen, reichlich mit gehackten Kräutern bestreuen.

Blumenkohlsuppe mit Geflügelklößchen

Blumenkohlsuppe mit Einlage von gargezogenen Geflügelklößchen, Blumenkohlröschen, leicht mit Curry abschmecken.

Champignonsuppe (Grundzubereitung)

Helle Suppe mit Champignonfond und Champignonscheiben vermengen, mit Weißwein und Zitronensaft pikant abschmecken.
Hinweis: Werden statt der gedünsteten Champignonscheiben Dosenchampignons verwendet, so ist deren Fond voll für die Suppe zu verwenden.

Currysuppe mit Gemüse

Helle Suppe kräftig mit Curry abschmecken, Einlage körnig gekochter Reis und gedünstete Gemüsewürfel, Dünstfond mit für die Suppe verwenden.

Eierfruchtsuppe

Siehe Auberginensuppe.

Einbrennsuppe, helle (Österreich, ČSSR)

Helle Mehlschwitze mit Zwiebelwürfeln herstellen, mit hellem Fond ($^3/_4$ Brühe, $^1/_4$ Milch) auffüllen, verrühren, durchkochen, passieren, mit Muskat abschmecken und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Erbsensuppe

Helle Suppe mit Einlage von gedünsteten jungen Erbsen, mit Muskat abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.
Hinweis: Den Dünstfond der Erbsen mit in die Suppe geben.

Fasanensuppe

Helle Suppe mit Fasanenbrühe herstellen, mit Linsenpüree und Würfeln von Fasanenfleisch verrühren, aufkochen.

Fischsuppe, gebunden (Grundzubereitung)

Helle Suppe mit Fischbrühe herstellen, in der kochenden Suppe Streifen von Fischfilet garziehen, mit Zitronensaft und ein wenig Weißwein abschmecken, mit gehacktem Dill bestreuen.

Fischsuppe mit Eierstich und Paprika

Fischsuppe mit Einlage von Fischfiletstreifen, Eierstichwürfeln und gedünsteten Streifen von rotem Gemüsepaprika.

Fischsuppe mit Fadennudeln und Tomate

Fischsuppe mit Einlage von gedünstetem Fischfilet, bißfest gekochten Fadennudeln und gedünsteten Tomatenwürfeln.

Fischsuppe mit Geflügelnocken

Fischsuppe mit Einlage von gedünsteten Fischfiletstreifen, Geflügelklößchen und jungen Erbsen. Reichlich mit gehackten Kräutern bestreuen.

Fischsuppe mit Reis und Bohnen

Fischsuppe mit Einlage von gedünsteten Fischfiletstreifen, körnig gekochtem Reis, gedünsteten, geschnittenen grünen Bohnen. *Hinweis:* Anstelle von gedünsteten Fischfiletstreifen können auch Fischklößchen verwendet werden.

Frühlingssuppe

Siehe Gemüsesuppe.

Geflügelsuppe (Grundzubereitung)

Mit Geflügelbrühe eine helle Suppe herstellen, Einlage Geflügelfleischwürfel oder -streifen, mit Muskat und Zitronensaft abschmecken, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Geflügelkleinsuppe

Helle Geflügelsuppe (mit der Brühe des gekochten Geflügelkleins hergestellt), Einlage gefällig geschnittene Stücke Geflügelklein und gedünstete Gemüsestreifen.

Geflügellebersuppe

Helle Geflügelsuppe mit Geflügellebermus verkochen, Einlage Würfel von gebratener Geflügelleber, leicht mit edelsüßem Paprika aromatisieren.

Geflügelsuppe mit Champignons und Zunge

Geflügelsuppe mit Champignonscheiben, Streifen von Geflügelfleisch und Pökelzunge aufkochen, mit etwas Champignonfond abschmecken.

Geflügelsuppe mit Ei und Spargel

Geflügelsuppe mit Einlage von Geflügelfleisch, Eierstichwürfeln und gedünsteten Grünspargelstücken, leicht mit Curry abschmecken.

Geflügelsuppe mit Leber und Karotten

Geflügelsuppe mit Einlage von Geflügelfleischwürfeln, Geflügelleber und Karottenwürfelchen, mit Muskat abschmecken.

Geflügelsuppe mit Sellerie

Geflügelsuppe mit Einlage von Geflügelfleisch, Eierstichwürfeln und gedünsteten Selleriewürfelchen. Zum Abschmecken etwas Dünstfond des Selleries mit verwenden.

Gemüsesuppe (Grundzubereitung)

Mit Knochenbrühe und Gemüsebrühe eine helle Suppe herstellen, gedünstete Gemüsestreifchen oder -würfelchen als Einlage, mit Muskat abschmecken, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Gemüsesuppe (Frühlingssuppe)

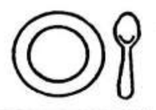
In einer hellen Suppe fein zerkleinerte Gemüse garen, Tomatenwürfel und kleine Grießklößchen noch als Einlage hinzugeben, mit Muskat abschmecken, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Gerstensuppe mit Klößchen

Helle Suppe mit Einlage von gekochten Perlgräupchen, Fleischklößchen und gedünsteten Gemüsestreifen.

Grießsuppe, geröstet

Zerkleinertes Suppengemüse und Grieß anschwitzen, mit Brühe auffüllen, durchkochen, mit Muskat abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.



Grundsuppe, hell

Siehe Einfache helle Suppe.

Grünkernsuppe

Eine helle Suppe unter Verwendung von Grünkernmehl herstellen, Einlage gedünstetes, fein zerkleinertes Suppengemüse.

Grünkohlsuppe

Helle Suppe mit püriertem Grünkohl aufkochen, Einlage gekochte Gräupchen, mit Muskat abschmecken.
Hinweis: Suppe kann durch Verwendung von Milch etwas milder im Geschmack gehalten werden.

Gurkensuppe mit Reis

Helle Suppe mit geraspelter Salatgurke aufkochen, Einlage körnig gekochter Reis, mit gehacktem Dill bestreuen.

Haferflockensuppe

Haferflocken kalt ansetzen und weichkochen, passieren, salzen, mit etwas Butter im Geschmack abrunden.

Haferflockensuppe, geröstet

Haferflocken in Fett goldgelb anschwitzen, heiße Brühe auffüllen, langsam garziehen lassen, mit Muskat abschmecken, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Haferschleimsuppe

Herstellung wie Haferflockensuppe, jedoch keine Zugabe von Butter, nur ganz wenig salzen.

Hasensuppe mit Pilzklößchen

Eine helle Suppe mit Hasenbrühe herstellen, Einlage gewürfeltes Hasenfleisch und Pilzklößchen, mit trockenem Dessertwein abschmecken.

Hühnersuppe mit Reis

Helle Suppe mit Hühnerbrühe herstellen, Einlage Geflügelfleischwürfelchen und körnig gekochter Reis, leicht mit Curry abschmecken, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Hühnersuppe mit Spargel

Helle Suppe mit Hühnerbrühe herstellen, Einlage Geflügelfleischwürfelchen und Stücken von Spargel (am besten Grünspargel).

Kalbfleischsuppe

Helle Suppe mit Kalbfleischbrühe herstellen, Einlage Kalbfleischwürfelchen oder -streifen, mit Zitronensaft und etwas Muskat abschmecken, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Kalbfleischsuppe mit Champignons und Makkaroni (Weiße Windsorsuppe)

Kalbfleischsuppe herstellen, Einlage Scheiben von gedünsteten Champignons und etwa 1 cm lange Stücke von gekochten Makkaroni, mit Zitrone und Weißwein abschmecken.

Kalbfleischsuppe mit Zunge und Champignons

Kalbfleischsuppe herstellen, Einlage Kalbfleischwürfel, Streifen von Pökelzunge und gedünstete Champignonscheiben, mit etwas Zungenbrühe im Geschmack verstärken.

Kalbsnierensuppe

Eine helle Suppe mit gedünsteter, fein zerkleinerter Kalbsniere aufkochen, mit gehackter Petersilie bestreuen.
Hinweis: Suppe kann auch unter Verwendung von Rindsniere hergestellt werden, sie wird dann als Nierensuppe bezeichnet.

Kaninchenfleischsuppe mit Pilzen

Helle Suppe unter Verwendung von Kaninchenbrühe herstellen, Einlage Kaninchenfleischwürfel, gedünstete Pilzscheiben und Porreestreifen.

Kaninchenfleischsuppe mit Sellerie

Helle Suppe unter Verwendung von Kaninchenbrühe herstellen, Einlage Kaninchenfleischwürfelchen und gedünstete Selleriewürfelchen, mit gehackten Kräutern (wenn möglich mit einem kleinen Anteil Selleriegrün) bestreuen.

Käsesuppe, hell

Helle Suppe mit Flöckchen von Schmelzkäse ziehen lassen, so daß sich diese auflösen, mit gehackter Petersilie und gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Kohlrabisuppe, gebunden

Helle Gemüsesuppe mit Einlage von gedünsteten Kohlrabiwürfelchen und Perlgräupchen, mit gehacktem Kohlrabigrün bestreuen.

Krabbensuppe

Herstellung wie Krebssuppe, jedoch anstelle von Krebsen Krabben verwenden, leicht mit Tomatenmark abschmecken.

Kräutersuppe (Grundzubereitung)

Helle Gemüsesuppe mit vielen gehackten Kräutern vermengt, mit Salz und Muskat abgeschmeckt.

Hinweis: Als Kräuter Petersilie, Kerbel, Dill, Schnittlauch u. a. verwenden.

Krebssuppe

Helle Suppe halb aus Fischfond und halb aus Krebsfond herstellen, Einlage Krebsfleisch, grüne Erbsen. Mit Krebsbutter vollenden und mit gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Krebssuppe mit Currysahne

Krebssuppe mit Weinbrand abschmecken, Einlage Krebsschwänze und körnig gekochter Reis, beim Anrichten auf jede Portion ein Häubchen von geschlagener, ungesüßter, mit Curry abgeschmeckter Sahne geben.

Krebssuppe, falsche

Helle Suppe mit angeschwitztem Suppengrün herstellen, Einlage grüne Erbsen, Blumenkohlröschen, Grießklößchen, mit geriebenem Käse und Paprika abschmecken.

Lauchsuppe (Porreesuppe)

Helle Suppe mit Einlage von gedünsteten Lauchstreifen (Porreestreifen) einschließlich des Dünstfonds, mit Muskat abschmecken, Einlage kann noch durch körnig gekochten Reis ergänzt werden.
Hinweis: Die Suppe kann auch mit gerösteten Semmelwürfeln bestreut werden, dann entfällt der Reis als Einlage.

Mehlsuppe (Milchsuppe)

Milch aufkochen, mit angerührtem Weizenmehl abziehen, sämig kochen, leicht salzen, mit etwas Butter abschmecken.

Milchsuppe

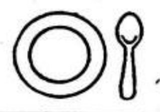
Siehe Mehlsuppe.

Nierensuppe

Siehe Kalbsnierensuppe.

Pilzsuppe

Helle Suppe mit Zwiebeln herstellen, mit gedünsteten Pilzen einschließlich Dünstfond vermengen, mit gehackter Petersilie reichlich bestreuen.



Porreesuppe

Siehe Lauchsuppe.

Reissuppe, gebundene

Helle Suppe mit Einlage von körnig gekochtem Reis, mit Zitronensaft abschmecken, mit gehackten Kräutern bestreuen.
Hinweis: Anstelle von Zitronensaft kann auch Weißwein zum Abschmecken verwendet werden.

Reissuppe mit Tomaten und Erbsen

Reissuppe mit Einlage von gedünsteten Tomatenwürfeln und jungen Erbsen.

Reissuppe mit Eierstich und Champignons

Reissuppe mit Einlage von Eierstichwürfeln (evtl. verschiedenfarbiger Eierstich) und Champignonscheiben. Champignonfond mit zum Abschmecken verwenden.

Reissuppe mit Fischklößchen und Paprika

Reissuppe mit Einlage von Fischklößchen, gedünsteten Gemüsepaprikastreifen, gehacktem Dill. Leicht mit Weißwein abschmecken.

Reisschleimsuppe

Reis kalt mit Wasser ansetzen, weichkochen, passieren und leicht salzen.

Rosenkohlsuppe

Helle Suppe mit Einlage von kleinen, gedünsteten Rosenkohlbällchen, den Dünstfond mit zum Abschmecken verwenden, mit Muskat nachschmecken.

Sauerkrautsuppe, gebundene

Helle Suppe leicht paprizieren, Einlage gehacktes, gedünstetes Sauerkraut, gut durchkochen, mit Joghurt oder saurer Sahne vollenden.

Schinkensuppe mit Bohnen

Helle Suppe mit Einlage von angeschwitzten Schinkenwürfeln und gedünsteten, geschnittenen grünen Bohnen, reichlich mit gehackten Kräutern bestreuen.

Schneckensuppe (Grundzubereitung)

Helle Suppe (Mehlschwitze mit Zwiebeln zubereitet) mit Schnecken (aus der Konserve) und gedünsteten Champignonscheiben vermengen, mit Schnecken-, Champignonfond, Weißwein, Zitrone und Pfeffer pikant abschmecken.

Schwarzwurzelsuppe mit Reis und Geflügel

Geflügelsuppe mit Schwarzwurzelpüree verkochen, Einlage Schwarzwurzelwürfelchen, Geflügelwürfelchen und wenig körnig gekochter Reis.
Hinweis: Die Geflügeleinlage kann auch aus Geflügelklein hergestellt werden.

Schwyzer Käsesuppe (Schweiz)

Hartes Weißbrot in Würfel schneiden und mit gleicher Menge Schnittkäsewürfel vermengen, mit heißer Brühe übergießen, durchziehen lassen. Danach das geweichte Brot zerrühren, die dickflüssige Suppe mit etwas herbem Weißwein verlängern und mit Salz und gehackten Kräutern abschmecken.
Hinweis: In der Schweiz gibt man häufig noch angebratene Scheiben von magerem Speck und goldgelb angeschwitzte Zwiebelscheiben extra zu der Suppe.

Selleriesuppe (Grundzubereitung)

Helle Suppe mit gedünsteten Selleriewürfelchen oder -streifen einschließlich Dünstfond vermengen, mit Muskat abschmecken, reichlich mit gehackten Kräutern bestreuen.

Spargelsuppe (Grundzubereitung)

Helle Suppe unter Verwendung von Spargelfond herstellen, Einlage gekochte Spargelstücke, mit Muskat abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Spargelsuppe mit Gräupchen

Spargelsuppe mit Einlage von Perlgräupchen und gekochten Grünspargelstücken.

Spargelsuppe mit Schinken und Wachtelei

Spargelsuppe mit Einlage von angeschwitzten Kochschinkenstreifen und Spargelstücken, in jede Portion ein hartgekochtes Wachtelei geben.

Spinatsuppe

Helle Suppe mit püriertem Spinat oder Spinatstreifen aufkochen, mit Zitronensaft und Muskat abschmecken.

Tomatensuppe (Grundzubereitung)

Tomatenviertel mit Zwiebel und Speck anschwitzen, mit Brühe gut durchkochen, mit heller Mehlschwitze verrühren, aufkochen, passieren. Einlage körnig gekochter Reis.
Hinweis: Anstelle frischer Tomaten kann auch Tomatenmark verwendet werden.

Tomatensuppe mit Apfel und Fadennudeln

Tomatensuppe mit geraspelten Äpfeln aufkochen, als Einlage bißfest gekochte Fadennudeln.

Tomatensuppe mit Champignons

Tomatensuppe mit Einlage von körnig gekochtem Reis, angeschwitzten Kochschinkenstreifen und gedünsteten Champignonscheiben. Champignonfond zum Abschmecken mitverwenden.

Tomatensuppe mit Ei und Sago

Tomatensuppe mit Einlage von Eierstichwürfeln und Sago.

Tomatensuppe mit Fischklößchen

Tomatensuppe leicht paprizieren, Einlage körnig gekochter Reis und Fischklößchen.

Tomatensuppe mit Käse

Tomatensuppe mit geriebenem Käse verkochen und mit fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Tomatensuppe mit Lammfleisch

Tomatensuppe mit Hammel(Lammfleisch)-brühe herstellen. Einlage Lammfleischwürfel und gedünstete Tomatenwürfel.

Tomatensuppe mit Schinken und Erbsen

Tomatensuppe mit Einlage von angeschwitzten Kochschinkenstreifen und jungen Erbsen.

Weiße Windsorsuppe

Siehe Kalbfleischsuppe mit Champignons und Makkaroni.

Weizenmehlsuppe

Siehe Mehlsuppe.

Wildschweinsuppe mit Pfifferlingen

Helle Suppe mit Püree von Wildschweinfleisch und gehackten Pfifferlingen gut durchkochen, mit reichlich gehackter Petersilie bestreuen.

Wildsuppe, hell

Helle Suppe mit Linsenpüree und Wildfleischwürfelchen aufkochen, mit trockenem Dessertwein abschmecken.



Zwiebelsuppe (Grundzubereitung)

Reichlich Zwiebelscheiben goldgelb anschwitzen, mit Mehl anstäuben, Brühe auffüllen und gut durchkochen, passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zwiebelsuppe mit Geflügel.

Helle Zwiebelsuppe mit Einlage von Entenfleischwürfelchen und jungen Erbsen.

Zwiebelsuppe mit Käse

Zwiebelsuppe mit reichlich geriebenem Käse gut durchkochen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

2.2.2.2. Legierte Suppen und Kremsuppen

Legierte oder Kremsuppen unterscheiden sich von den einfachen gebundenen Suppen dadurch, daß sie noch mit einer Liaison oder mit Sahne abgezogen sind. Für die *legierten Suppen* kann die Liaison aus einem Gemisch von Eigelb und Milch (am besten Kondensmilch) oder Eigelb und Weißwein bestehen. Diese Liaison wird in die heiße, aber nicht mehr kochende Suppe nach und nach eingerührt; danach darf die Suppe nicht mehr kochen, da sonst die Liaison gerinnt. Bei *Kremsuppen* wird in gleicher Weise verfahren, allerdings wird statt der Liaison ungesüßte Sahne oder Kondensmilch in die Suppe gegeben. Die meisten der einfachen gebundenen Suppen sind durch das Legieren oder Ergänzen mit Sahne zu legierten Suppen bzw. Kremsuppen zu verarbeiten. Allerdings wird häufig auf das Legieren verzichtet, da dadurch der *Sättigungswert* der Suppen erheblich ansteigt.
Nachfolgend werden einige spezielle Rezeptbeispiele für legierte bzw. Kremsuppen gegeben.

Beispiele für legierte Suppen

Legierte Austernsuppe

Helle Geflügelsuppe mit gedünsteten, entbarteten Austern einschließlich Dünstfond vermengen, mit Zitronensaft, Weißwein und Eigelb legieren. (Je Portion rechnet man zwei Austern als Einlage.)

Legierte Brotsuppe

Brotwürfel mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln, gehacktem Kümmel und Fleischbrühe sämig kochen, passieren, mit Eigelb und Sahne legieren.

Legierte Buttermilchsuppe

Buttermilch aufkochen und leicht mit Mehl binden, mit Eigelb und Sahne legieren. Mit gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Legierte Erbsensuppe mit Geflügelklößchen

Helle Erbsensuppe mit Einlage von Sago und Geflügelfleischklößchen, mit Eigelb und Sahne legieren.

Legierte Fischklößchensuppe

Helle Fischsuppe mit Einlage von Fischklößchen und Blumenkohlröschen, mit Eigelb und Sahne legieren, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Legierte Fischsuppe (Grundzubereitung)

Helle Fischsuppe mit Einlage von gedünsteten Fischfiletstreifen und Champignons, mit Weißwein und Eigelb legieren, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Legierte Geflügelbrühe

Kräftige Geflügelbrühe mit Eigelb und Sahne legieren, Einlage Geflügelfleischwürfelchen, Selleriewürfelchen und junge Erbsen.

Legierte Geflügelsuppe mit Artischocken

Geflügelsuppe mit Einlage von gewürfelten Artischockenböden, Geflügelfleisch und Reis. Mit Eigelb und Sahne legieren.

Legierte Gurkensuppe

Kartoffelscheiben mit Zwiebeln anschwitzen, mit Brühe garen, geraspelte Gurken zugeben und aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit Eigelb und Sahne legieren, mit gehacktem Dill bestreuen.

Legierte Hasensuppe

Helle Hasensuppe mit Einlage von Hasenfleischstreifen, angebratenen, kleinen Wurstscheiben, mit Eigelb und Rotwein legieren.

Joghurtsuppe mit Schnittlauch

Rindfleischbrühe leicht mit angerührtem Weizenmehl abziehen, mit Eigelb verrührten Joghurt einlaufen lassen, nicht mehr aufkochen. Mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen, mit Schwarzbrot servieren.

Legierte Kartoffelsuppe mit Käse

Passierte Kartoffelsuppe mit Reibekäse verrühren und mit Eigelb und Sahne legieren. Mit gerösteten Weißbrotwürfeln und gehackten Kräutern bestreuen.

Legierte Käsesuppe

Helle Rindfleisch- oder Geflügelsuppe mit einem Gemisch von Reibekäse, Eigelb und Sahne legieren, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Legierte Reissuppe mit Lauch

Reissuppe mit Einlage von gedünstetem Lauch (Porree), mit Eigelb und Sahne oder Eigelb und Weißwein legieren.

Legierte Rosenkohlsuppe

Helle Rindfleischsuppe mit Püree von Rosenkohl verkochen, mit Eigelb und Sahne legieren, mit gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Legierte Semmelsuppe (Wecksuppe)

Semmelwürfel leicht anschwitzen, mit Brühe durchkochen, passieren, mit Eigelb und Sahne legieren, mit gehacktem Kümmel abschmecken, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Legierte Spargelsuppe mit Ananas

Spargelsuppe mit Einlage von Spargelstücken, mit Eigelb und Zitronensaft legieren, nach dem Anrichten mit Ananasraspeln bestreuen.

Legierte Wecksuppe

Siehe Legierte Semmelsuppe.

Beispiele für Kremsuppen

Artischockenkremsuppe mit Wachtelei

Helle Geflügelsuppe mit Artischockenpüree verkochen, mit Sahne vollenden, Einlage Würfel von Artischockenböden und je Portion ein hartgekochtes Wachtelei.

Erbsenkremsuppe

Helle Suppe mit einem Püree von gekochten Erbsen verkochen, mit Sahne vollenden und mit gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.



Fasanenkremsuppe

Helle Fasanensuppe mit Sahne vollenden, Einlage Würfel von Fasanenfleisch und gedünstete Pilze. Mit trockenem Dessertwein abschmecken.

Fischkremsuppe mit Krabbenschwänzen

Helle Fischsuppe mit Einlage von gedünsteten Krabbenschwänzen, Fischklößchen, jungen Erbsen, mit Sahne vollenden, mit gehacktem Dill bestreuen.

Froschkeulenrahmsuppe

Helle Geflügelsuppe mit gedünstetem Froschkeulenfleisch einschließlich Dünstfond und Geflügelklößchen aufkochen, mit Sahne vollenden, mit Mandelsplittern bestreuen.

Hühnerrahmsuppe

Helle Geflügelsuppe mit Einlage von Hühnerfleisch, Champignons, Pökelzungenstreifen, mit Sahne vollenden.

Karottenkremsuppe

Helle Gemüsesuppe mit Püree von gedünsteten Karotten verkochen, mit etwas Brühe verlängern, mit Sahne vollenden. Einlage körnig gekochter Reis. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Kartoffelrahmsuppe mit Blumenkohl

Passierte Kartoffelsuppe mit Püree von Blumenkohl verkochen, mit Sahne vollenden, Einlage Blumenkohlröschen.

Linsenrahmsuppe mit Wildklößchen

Helle Wildsuppe mit Linsenpüree verkochen, mit Sahne vollenden, Einlage Wildfleischklößchen und gekochte Linsen. Mit gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Pilzkremsuppe

Helle Pilzsuppe mit Einlage von gedünsteten Pilzen und Grießklößchen, mit Sahne vollenden.

Putenkleinsuppe

Aus der Brühe von Putenklein eine helle Suppe herstellen, Einlage in gefällige Stücke geschnittenes Putenklein, Streifen von Gemüsepaprika, gedünstete Tomatenwürfel. Mit Sahne und Zitronensaft vollenden.

Selleriekremsuppe mit Reis

Selleriesuppe mit Einlage von gedünsteten Selleriestreifen und körnig gekochtem Reis, mit Sahne vollenden, mit gehacktem Selleriegrün bestreuen.

Spargelkremsuppe

Spargelsuppe mit Spargelpüree verkochen, Einlage Spargelstückchen, mit Sahne vollenden.

Tomatenkremsuppe mit Hummerklößchen

Passierte Tomatensuppe mit einer Mischung von Joghurt und saurer Sahne verrühren, Einlage Hummerklößchen, Blumenkohlröschen, junge Erbsen.
Hinweis: Anstelle von Hummerklößchen können auch Langusten-, Krabbenfleisch- (oder Garnelenfleisch-) oder Fischklößchen verwendet werden.

Tomatenkremsuppe mit Steinpilzen (Schweiz)

An den Gliedern zertrennten Ochsenschwanz mit magerem Speck, Bratgemüse, zerdrücktem Knoblauch und Lorbeerblatt anbraten, mit Tomatenmark schmoren und mit Brühe auffüllen. Knochen, bis das Ochsenschwanzfleisch weich ist, aus der Brühe entfernen, etwas abkühlen lassen

und das Fleisch von den Knochen trennen, in feine Würfel oder Streifen schneiden. Der Brühe abgezogene und gewürfelte Tomaten zufügen, aufkochen, Reismehl mit Weißwein anrühren, damit die Suppe binden und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen. Konservierte Steinpilze würfeln und mit den Ochsenschwanzwürfeln in die Suppe geben. Zuletzt mit Sahne vollenden.

Tschichirtma (Sowjetunion)

Gekochtes Hammelfleisch oder Hühnerfleisch in große Stücke (etwa drei Stücke für eine Portion) schneiden, mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln in die mit einer Mehlschwitze leicht gebundene Brühe zurückgeben. Mit Safran, Pfeffer und Salz abschmecken, mit Essig säuern, aufkochen lassen. Vor dem Anrichten die Suppe mit verquirltem Eigelb vollenden, mit gehackten Kräutern bestreuen.

2.2.2.3. Püreesuppen

Püreesuppen oder durchgestrichene Suppen bestehen aus Gemüsen, Kartoffeln oder Hülsenfrüchten, die nach dem Garen durch ein Sieb gestrichen werden. Dieses Püree wird mit einer kräftigen Brühe verlängert und ergibt so eine Püreesuppe. Der *Sättigungswert* von Püreesuppen liegt verhältnismäßig hoch.

Bohnenpüreesuppe

Herstellung wie Erbsenpüreesuppe, anstelle von Erbsen jedoch weiße Bohnen verwenden.

Durchgestrichene Kartoffelsuppe

Siehe Kartoffelsuppe.

Erbsenpüreesuppe (Grundzubereitung)

Grüne oder gelbe Erbsen einweichen, mit Einweichwasser, kräftiger Brühe, angebratenen Speck- und Zwiebelwürfeln kochen, kurz vor dem Garwerden Kartoffelwürfelchen zugeben, weichkochen. Passieren, aufkochen, mit Majoran abschmecken, mit gerösteten Brotwürfeln bestreuen.

Gemüsepüreesuppe mit Geflügel

Zwiebeln, Möhren, Sellerie, junge Erbsen dünsten, pürieren, mit Brühe aufkochen. Einlage Klößchen von Entenfleisch, mit gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Grüne-Erbsen-Suppe mit Gemüse

Püreesuppe von grünen Erbsen, Einlage gedünstete Lauchstreifen, Sellerie- und Möhrenstreifen, mit angebratenen Speck- und Zwiebelwürfeln aufkochen.

Kartoffelsuppe (Grundzubereitung)

Kartoffelwürfel mit angeschwitzten Zwiebeln und Suppengemüse in kräftiger Brühe garen, passieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einlage Würfel von Bockwurst oder angebratene Würfel von Schinken oder Geflügelklein.
Beim Anrichten mit gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Kartoffelsuppe mit Lauch und Spaghetti

Passierte Kartoffelsuppe mit Milch, gedünsteten Lauchstreifen und bißfest gekochten, kleingeschnittenen Spaghetti aufkochen.

Kartoffelsuppe mit Pilzen

Passierte Kartoffelsuppe, Einlage gedünstete Pilze und angebratene Jagdwurstwürfelchen. Mit gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Hinweis: Herstellung kann auch mit Trockenpilzen erfolgen.



Kartoffelsuppe mit Rosenkohl

Passierte Kartoffelsuppe mit Milch verlängern, mit Püree von Rosenkohl aufkochen, Einlage kleine, gedünstete Rosenkohlbällchen.

Lauchpüreesuppe

Lauchstreifen mit Reis und Brühe weichkochen, passieren, mit Milch aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Leberpüreesuppe

Mit Zwiebel angebratene Leber pürieren, in eine helle Suppe verrühren, aufkochen. Mit gerösteten Weißbrotwürfeln bestreuen.

Linsenpüreesuppe I (Grundzubereitung)

Linsenpüree mit heller Suppe verkochen, Einlage mit Speckwürfeln angebratene Würstchenscheiben.

Linsenpüreesuppe II (Grundzubereitung)

Herstellung wie Erbsenpüreesuppe, jedoch anstelle von Erbsen Linsen verwenden.
Hinweis: Als Einlage können Wild- oder Entenfleischklößchen verwendet werden.

Linsenpüreesuppe mit Fischklößchen

Helle Fischsuppe mit Linsenpüree aufkochen, Einlage Fischklößchen und gedünstete Gemüsewürfelchen.

Weiße-Bohnen-Püree-Suppe mit Tomate

Püreesuppe von weißen Bohnen mit Einlage von angebratenen Schinkenwürfeln und gedünsteten Tomatenwürfeln.
Hinweis: Diese Suppe kann noch mit Sahne ergänzt werden.

Wildpüreesuppe (Grundzubereitung)

Wildfleisch mit Wurzelgemüsen einschließlich Zwiebeln anbraten, mit Gewürzen dünsten, mit weichgekochten Linsen pürieren, mit Wildbrühe verrühren, aufkochen, als Einlage Wildfleischklößchen.
Hinweis: Die Suppe kann noch leicht mit Rotwein abgeschmeckt oder mit Sahne ergänzt werden.
Alle vorstehend aufgeführten Suppen sind mit wenig Ausnahmen Grundzubereitungen. Sie können in weiteren Varianten (z. B. mit unterschiedlichen Einlagen) zubereitet werden.

2.2.2.4. Braune Suppen

Braune Suppen bestehen in der Regel aus einer dunklen Mehlschwitze und einem braunen Fond. Sie werden mit unterschiedlichen Einlagen kombiniert und meist mit Rotwein oder einem trockenen Dessertwein abgeschmeckt. Es handelt sich bei ihnen um kräftige, würzige Suppen. Sie eignen sich besonders gut für Imbisse, können aber auch, wenn das richtig abgestimmt wird, in eine Speisenfolge eingeordnet werden.
Der *Sättigungswert* der braunen Suppen entspricht etwa dem der einfachen gebundenen (hellen) Suppen. Braune Suppen sind allerdings bei uns nicht so verbreitet wie Brühen oder helle Suppen.

Braune Kalbskopfsuppe
Siehe Mock-Turtle-Suppe.

Braune Suppe (Grundzubereitung)

Eine braune Mehlschwitze herstellen, mit einem braunen Fond auffüllen, durchkochen, passieren. Danach entsprechend der angestrebten Geschmacksvariante weiterverarbeiten.

Braune Suppe mit Makkaroni (Braune Windsorsuppe)

Braune Grundsuppe mit Edelsüßpaprika abschmecken, mit Rotwein geschmacklich

abrunden, als Einlage etwa 1 cm lange Stücke von Makkaroni.

Hinweis: Unter dem Namen Windsorsuppe ist auch eine helle Suppe verbreitet (siehe Kalbfleischsuppe mit Champignons und Makkaroni – im Abschnitt 2.2.2.1. Einfache gebundene Suppen).

Brotsuppe, dunkel

Gewürfeltes Graubrot auf mit magerem Speck und Zwiebel angeschwitztes Suppengrün geben, mit Brühe auffüllen, kochen, passieren, kräftig abschmecken (unter Verwendung von fein gehacktem Kümmel).

Einbrennsuppe, dunkel

Dunkle Mehlschwitze mit Zwiebel und edelsüßem Paprika bereiten, mit braunem Fond auffüllen, aufkochen, passieren und kräftig mit Rotwein abschmecken.

Fasanensuppe mit Wachtelei

Mit brauner Wildbrühe (unter Verwendung von Fasanenkarkassen hergestellt) eine braune Suppe zubereiten, mit Pfeffer und Rotwein kräftig abschmecken, Einlage Fasanenfleischwürfel und ein halbiertes, hartgekochtes Wachtelei.

Gulaschsuppe (Grundzubereitung)

Kleinwürfliges, rohes Rindfleisch mit Zwiebeln anschwitzen, mit Mehl anstäuben, mit Tomatenmark und braunem Fond auffüllen und gut durchkochen. Kräftig mit Paprika abschmecken.
Hinweis: Diese Zubereitung ist unter dem Namen Gulaschsuppe – teilweise auch mit geringen Abweichungen von der Grundzubereitung – verbreitet.
Weitere Arten der Zubereitung siehe unter 2.2.3. Nationalsuppen.

Kalbskopfsuppe, braune

Siehe Mock-Turtle-Suppe.

Mock-Turtle-Suppe (Mock Turtle Soup)

Eine braune Suppe (Grundzubereitung) herstellen, leicht tomatisieren, mit Pfeffer, trockenem Dessertwein oder Weinbrand abschmecken. Einlage Würfel von gekochtem Kalbskopf und Eierstich.
Hinweis: Mock-Turtle-Suppe wird auch als ungebundene Suppe hergestellt. Siehe unter 2.2.1.1. Brühen – Klare Kalbskopfsuppe.

Nierensuppe

Dunkle Suppe mit geschmorten Nierenscheiben aufkochen, leicht mit Rotwein abschmecken. Die Einlage kann durch körnig gekochten Reis ergänzt werden.

Hinweis: Nierensuppe kann auch als helle Suppe hergestellt werden. Siehe Abschnitt 2.2.2.1. Einfache gebundene Suppen – Kalbsnierensuppe.

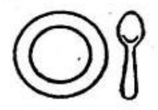
Ochsenschwanzsuppe (Grundzubereitung)

Ochsenschwanzstücke mit Bratgemüse anbraten, mit Tomatenmark schmoren, mit Brühe ablöschen, reduzieren, anstäuben, mit braunem Fond auffüllen, glattrühren. Die Ochsenschwanzstücke in der Suppe garen, passieren, mit Thymian, Knoblauch, Pfeffer und Madeira abschmecken, Einlage das gewürfelte Ochsenschwanzfleisch.

Hinweis: Ochsenschwanzsuppe wird auch als ungebundene Suppe zubereitet. Siehe Abschnitt 2.2.1.1. Brühen – Klare Ochsenschwanzsuppe.

Wildsuppe, gebundene (Grundzubereitung)

Aus Wildbrühe und einer Mehlschwitze eine dunkle Suppe herstellen, mit Thymian, Pfeffer und Rotwein abschmecken, Einlage Wildfleischwürfel und gedünstete Pilze.



Wildsuppe mit Klößchen

Braune Wildsuppe mit etwas Linsenpüree verrühren, mit Wildbrühe verlängern, Einlage Wildfleischklößchen, Grießklößchen und Pilze.

Windsorsuppe, braune

Siehe Braune Suppe mit Makkaroni.

2.2.2.5. Süße Suppen

Süße Suppen, die warm verzehrt werden, sind vor allem in der Kinderkost sehr verbreitet. Sie werden meist aus Milch und einem stärkehaltigen Lebensmittel (Mehl, Grieß) oder Obstsäften und einer entsprechenden Bindung zubereitet. Süße Suppen werden in der Regel nicht als Bestandteil einer Speisenfolge verzehrt.

Brotsuppe, süß

Schwarzbrotwürfel mit wenig Wasser aufkochen, pürieren, mit heißer Milch und eingeweichten Sultaninen aufkochen, mit Zucker und Zimt und einer Prise Salz abschmecken.

Buttermilchsuppe

Siehe Milchsuppe.

Karamelsuppe

Zubereitung wie Milchsuppe, jedoch aus einem Teil Zucker Karamel zubereiten und die Suppe damit abschmecken.

Klümpchensuppe

Siehe Milchsuppe.

Milchgrießsuppe

Milch mit Vanille kochen, Grieß langsam einlaufen lassen und ständig rühren, kochen, bis der Grieß gar und die Suppe gut gebunden ist. Mit Zucker und einer Prise Salz abschmecken.

Milchnudeln

In heißer Milch Bandnudeln kochen, ziehen lassen, mit Zucker (evtl. einem Teil Vanillezucker) und einer Prise Salz abschmecken.

Milchsuppe

Kochende, gesüßte Milch mit angerührtem Weizenmehl abziehen, mit einer Prise Salz abschmecken, zuletzt mit etwas frischer Butter vollenden.

Hinweis: Diese Suppe kann auch als Buttermilchsuppe – dann Buttermilch verwenden – hergestellt werden.
Eine Variante der Milchsuppe ist die Klümpchensuppe, bei deren Herstellung das Mehl trocken langsam in die Milch eingerührt wird, damit sich Klümpchen bilden.

Obstsuppe (Grundzubereitung)

Gegarte Früchte mit ihrem Saft erhitzen, mit angerührtem Weizenmehl abziehen, mit Zucker und evtl. Zitronensaft abschmecken. Mit Mandelsplittern und Suppenmakronen bestreuen.

Hinweis: Die Suppe kann auch leicht mit Rotwein abgeschmeckt werden.

Puddingsuppe (Grundzubereitung)

Kochende Milch mit angerührtem Puddingpulver abziehen und aufkochen lassen. Nur so viel Puddingpulver verwenden, daß die Suppe nicht zu dick wird. Mit Zucker abschmecken.

Hinweis: Die Suppe kann mit verschiedenen Einlagen (z. B. gedünstete Früchte, geweichte Sultaninen) zubereitet werden.

Sauerkirschsuppe

Siehe Obstsuppe.

Schokoladensuppe

Herstellung wie Puddingsuppe unter Verwendung von Schokoladenpuddingpulver oder wie Milchsuppe unter Verwendung von Kakaopulver.

2.2.3. Nationalsuppen

Unter dem Begriff Nationalsuppen werden ausländische Suppen verstanden, die eine Bereicherung des Speisenangebotes darstellen. Ihrem Wesen nach sind sie gebundene oder ungebundene Suppen, und sie lassen sich selbstverständlich auch dort einordnen.
Manche ausländischen Suppen sind bereits so verbreitet und durch Veränderungen unserem Geschmack angepaßt, daß sie zum ständigen Speisensortiment gehören. Sie sind dann in die betreffenden Gruppen und Untergruppen (z. B. Brühen) eingeordnet, und es wird nur noch auf ihren Ursprung hingewiesen.
Für die meisten Nationalsuppen sind auch im Ursprungsgebiet verschiedene Zubereitungen üblich, so daß Abweichungen von den Rezepten möglich sind.
Die folgenden Beispiele sind alphabetisch und nicht nach Ländern geordnet.

Alaska Čorba (SFR Jugoslawien)

Siehe Fischsuppe mit Gemüsen, jugoslawisch.

Bableves (Ungarische VR)

Siehe Bohnensuppe, ungarisch.

Bohnensuppe, ungarisch (Bableves)

Mit Zwiebel und zerriebenem Knoblauch eine helle Suppe herstellen, gedünstete Bohnen einschließlich Dünstfond dazugeben, mit Sahne abrunden und leicht mit Essig abschmecken.

Hinweis: Es können auch Konservenbohnen verwendet werden.

Borschtsch (Sowjetunion)

Zerkleinertes Suppengemüse, Zwiebel, Weißkohl und rote Rüben dünsten, mit Brühe, Lorbeerblatt, Essig, Zucker, Tomatenmark oder Tomatenwürfeln, angebratenen Schinkenwürfeln, Kochfleischwürfeln oder Würstchenscheiben ergänzen, aufkochen. Mit Rote-Rüben-Saft auffärben, in jeden Teller auf die Suppe einen Löffel saure Sahne geben.

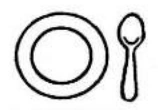
Hinweis: Borschtsch kann auch mit Kartoffelwürfeln hergestellt werden.

Bouillabaisse (Frankreich)

Fische aus dem Mittelmeerraum (Weißling, Knurrhahn, Peterfische u. a.) in gefällige Stücke schneiden, mit Suppengemüse in Wasser garen. Zwiebelscheiben, Tomatenwürfel, Knoblauch und Fenchel in Öl anschwitzen, die Fischstücke auflegen, Fischbrühe auffüllen, aufkochen. Mit Safran, Salz und Pfeffer abschmecken.

Chartscho, grusinisch (Sowjetunion)

Grobwürflig geschnittene Rinderbrust kochen, mit angebratenen Zwiebelwürfeln, Knoblauch, Reis, säuerlichen Pflaumen oder Pflaumensaft, Tomatenmark ergänzen und gut durchkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit gehackter Petersilie und Dill bestreuen.



Cockie leekie (Großbritannien)

Siehe Hühnersuppe mit Lauch.

Eier-Zitronen-Suppe, griechisch (Soipa Awgolemono)

Kräftige Brühe (Fleisch- oder Geflügelbrühe) mit körnig gekochtem Reis aufkochen, ein mit Zitronensaft verrührtes Eigelb in den Teller geben und mit der heißen Suppe auffüllen.

Emmentaler Suppe (Schweiz)

Geschälte Kartoffeln, Weißkohl, Porree, Sellerie, Möhren in Streifen oder Würfel schneiden und mit Brühe oder Salzwasser bedeckt garen. Das gare Gemüse einschließlich der Kartoffeln abtropfen und pürieren. Kleine Speckwürfel hellgelb anschwitzen, mit Mehl anstäuben und eine blonde Mehlschwitze zubereiten. Diese mit dem Gemüsefond und etwas Brühe angießen, alles glatt rühren, das Gemüsepüree hinzufügen und aufkochen lassen. Mit Salz und Majoran abschmecken, unmittelbar vor dem Anrichten mit Sahne verquirlten Reibekäse unter die Suppe rühren.

Fischsoljanka (Sowjetunion)

Zubereitung wie Fleischsoljanka, jedoch anstelle Fleischbrühe Fischbrühe und anstatt Fleisch Fisch verwenden.

Fischsuppe, ungarisch I (Halászle)

Kopf- und Schwanzstücke von Karpfen oder anderen Süßwasserfischen mit viel Zwiebelscheiben sowie Salz und Wasser langsam garen, passieren, rohe Fischschnitten mit den gekochten Kopf- und Schwanzstücken und der Fischbrühe garen. Mit ein wenig scharfen Paprika vollenden.

Fischsuppe, ungarisch II (Halászle)

Aus Köpfen und Gräten von Süßwasserfischen Fischbrühe zubereiten. Filetierte Süßwasserfische in kleine Stücke schneiden und salzen. Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen, mit Paprika anstäuben und in die passierte Fischbrühe geben. Dann zu der Brühe würflig geschnittene rohe Kartoffeln, abgezogene, entkernte und zerschnittene Tomaten und Streifen von grünem Paprika geben und garen. Kurz vor Erreichen des Garpunktes die Fischstücken hinzufügen und alles gemeinsam garziehen lassen.

Beilage: kleine geröstete Weißbrotscheiben.

Fischsuppe, belgisch (Water zooi)

Sellerie-, Möhren-, Porree- und Zwiebelscheiben dünsten, mit Fischstücken und gekochten Muscheln belegen, Fischbrühe auffüllen, garziehen, mit Mehlbutter binden, mit Sahne und Eigelb legieren. Mit Pfeffer und Muskat abschmecken.

Fischsuppe mit Gemüsen, jugoslawisch (Alaska Čorba)

Stücke von Süßwasserfischen mit Suppengemüsen und Tomatenpaprika in Fischbrühe garen. Die abgeseihte Fischbrühe mit Eigelb, das mit Essig verrührt ist, abziehen. Fischstücke mit gerösteten Brotschnitten im Teller anrichten, die Suppe auffüllen.

Fleischbällchensuppe, orientalisch (Kufta Soup)

Hammelhackfleisch mit Reisbrei, Salz, gehackter Petersilie, Zimt und Würztunke vermengen, Bällchen formen, in kochender Hühnerbrühe garen, in die kochende Suppe mit Zitronensaft verrührte Eier geben und flocken lassen.

Fleischklößchensuppe, bulgarisch (Toptscheta Čorba)

Helle, leicht gebundene Suppe mit Einlage von Fleischklößchen, gedünsteten Möhren-

streifen, Selleriegrün, körnig gekochtem Reis, kleingeschnittenen Innereien.

Fleischsoljanka

Zwiebelscheiben mit Tomatenmark und Salzgurkenstreifen dünsten, Fleischstreifen (Kochfleisch, Würstchen oder Schinken), Kapern, Lorbeerblatt, Salz und Pfeffer sowie kräftige Brühe zugeben und durchkochen. Beim Anrichten einen Löffel saure Sahne in jeden Teller, mit entkernten Zitronenstücken und feingeschnittenem Dill bestreuen.

Hinweis: Kann auch mit Oliven hergestellt werden.

Geflügelrassolnik (Sowjetunion)

Selleriestreifen oder Petersiliewurzel mit Zwiebelscheiben anschwitzen, mit Salzgurken und Kartoffelwürfelchen dünsten, Geflügelbrühe auffüllen, garen. Einlage ausgebeintes Geflügelklein, Salatstreifen, aufkochen, mit saurer Sahne geschmacklich abrunden.

Hinweis: Anstelle saurer Sahne kann auch Sahne verwendet werden.

Gemüsesuppe mit Rindfleisch und Käse (Pot-au-feu) (Frankreich)

Möhren-, Sellerie-, Lauch- und Wirsingstreifen dünsten, Fleischbrühe auffüllen, mit Knoblauch und Pfeffer abschmecken, durchkochen. Einlage Würfel von Rinderkochfleisch. Reibekäse und Toast extra.

Gemüsesuppe mit saurer Sahne (Orosházi Zöldségleves) (Ungarische VR)

Zerkleinertes Suppengemüse, grüne Bohnen und Wirsingkohlstreifen mit magerem Speck dünsten, Brühe auffüllen, mit Knoblauch, gehacktem Selleriegrün und Thymian abschmecken, garen. Zuletzt Tomatenwürfel hinzugeben, mit in saurer Sahne und Wasser angerührtem Mehl leicht abziehen.

Hinweis: Kann auch mit Geflügelklein zubereitet werden.

Graupensuppe mit Hammelfleisch (Mutton Broth) (Großbritannien)

Gräupchen mit Suppengemüse (überwiegend Sellerie) in Hammelbrühe garen, mit Knoblauch leicht abschmecken, Einlage Würfel oder Streifen von Hammelfleisch. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Grüne-Erbsen-Suppe (Zöldborsóleves) (Ungarische VR)

Salatstreifen dünsten, konservierte Erbsen oder gedünstete Erbsen (einschließlich Fond) und etwas Brühe zufügen, aufkochen, mit Sahne abziehen, mit Pfeffer abschmecken, mit gerösteten Brotwürfeln bestreuen.

Gulaschsuppe (Österreich)

Auf angeschwitzten, paprizierten Zwiebelwürfeln Rindfleischwürfel dünsten, leicht auffüllen, zur Suppe verkochen. Zuletzt kleine Kartoffelwürfel in der Suppe garen, mit Salz, Kümmel, Majoran abschmecken.

Gulaschsuppe (Gulyásleves) (Ungarische VR)

Rindfleischwürfel und Rinderhez auf paprizierten Zwiebeln dünsten, Tomatenwürfel, Streifen von Gemüsepaprika zufügen, mit Brühe auffüllen, mit Knoblauch und Kümmel ergänzen, durchkochen. Kleine Kartoffelwürfel zugeben, garen, leicht mit Majoran abschmecken.

Gulyásleves (Ungarische VR)

Siehe Gulaschsuppe.

Halászle (Ungarische VR)

Siehe Fischsuppe, ungarisch.



Hühnercurrysuppe (Mulligatawny Soup) (Großbritannien)

Helle Geflügelsuppe mit geraspelten, säuerlichen Äpfeln und Currypulver aufkochen, Einlage körnig gekochter Reis und Hühnerfleischwürfel, mit Sahne vollenden.

Hinweis: Anstatt der geraspelten Äpfel kann auch ungesüßtes Apfelmus verwendet werden.

Hühnersuppe mit Eiflocken (Stracciatella) (Italien)

In kochende Hühnerbrühe mit Reibekäse und gehackter Petersilie verrührtes Ei einlaufen lassen und aufkochen, Einlage Hühnerfleischwürfel.

Hühnersuppe mit Gemüse, polnisch (Krupnik)

In kräftiger Hühnerbrühe Reis und in fingerlange Stücke geschnittenes Gemüse garen, mit viel Dill, gehackter Petersilie, Schnittlauch und Hühnerfleischwürfeln vollenden.

Hühnersuppe mit Lauch (Cockie leekie) (Großbritannien)

Kräftige Hühnerbrühe mit Lauchstreifen und Hühnerfleischwürfeln durchkochen.

Kalbfleischsuppe mit Reis, bulgarisch (Teleschka Kurban Čorba)

Körnig gekochten Reis mit Fleischbrühe, gekochten Kalbfleischstreifen und gedünsteten Gemüsepaprikastreifen aufkochen, zerrührtes Ei einlaufen lassen, mit Paprika abschmecken.

Kartoffelsuppe, neuseeländisch

Lammfleischwürfelchen mit Zwiebel anbraten, dünsten, Kartoffelwürfel und Gemüsestreifen hinzugeben, mit Brühe auffüllen, garen. Mit Erbsmehl binden, mit Salz, Majoran, Pfeffer abschmecken, mit Sahne vollenden.

Kartoffelsuppe, pikant (Štajerska Kiesela Čorba) (SFR Jugoslawien)

Halbierte Spitzbeine mit Scheiben von Möhren, Sellerie, Petersiliewurzel kochen, zuletzt Kartoffelscheiben darin garen, mit heller Schwitze binden, mit Knoblauch, Pfeffer, Salz und Essig abschmecken.

Krupnik (VR Polen)

Siehe Hühnersuppe mit Gemüse, polnisch.

Kufta Soup (Orient)

Siehe Fleischbällchensuppe.

Kuttelfleckensuppe (ČSSR)

Helle Suppe mit weichgekochten, in Streifen geschnittenen Flecken (Kutteln) vermengen, durchkochen, mit Paprika abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Lammfleischsuppe (Orient)

Zwiebel und Möhren anschwitzen, Mehl anstäuben, Hammelbrühe auffüllen, verrühren, durchkochen, Einlage kleine Lamm- oder Hammelfleischwürfel, mit Eigelb und Zitronensaft legieren.

Leberpüreesuppe (ČSSR/Österreich)

Pürierte, vorher angebratene Rinds- oder Schweineleber mit pürierter Semmel vermengen, auf Zwiebelwürfeln anschwitzen, Mehl anstäuben, Brühe auffüllen, verrühren, durchkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mexikanische Suppe (Sopa mejicana) (Mittelamerika)

Zwiebelscheiben und Lauchstreifen mit magerem Speck anschwitzen, mit Gemüse-

paprikastreifen ergänzen, dünsten, Brühe auffüllen, aufkochen, körnig gekochten Reis zufügen, kräftig mit Knoblauch und Pfeffer abschmecken.

Minestra (Italien)

Wurzelgemüse und Zwiebeln in Öl und magerem Speck anschwitzen, Kartoffelwürfel hinzugeben, in kräftiger Brühe garen. Einlage Tomatenwürfel, Spaghettistücke oder Reis. Leicht mit Knoblauch abschmecken. Geriebener Käse extra.

Hinweis: Wird auch ohne Kartoffeln hergestellt.

Mulligatawny Soup (Großbritannien)

Siehe Hühnercurrysuppe.

Mutton Broth (Großbritannien)

Siehe Graupensuppe mit Hammelfleisch.

Orosházi Zöldségleves (Ungarische VR)

Siehe Gemüsesuppe mit saurer Sahne.

Panadl-Suppe (Österreich)

Von der Rinde befreites Weißbrot in Scheiben trocknen, mit kochendheißer Fleischbrühe übergießen, mit Muskat würzen, aufkochen, mit Eigelb und Sahne legieren, mit Schnittlauch bestreuen.

Pilzsuppe, ungarisch

Pilze mit Zwiebel, Petersilie, Salz und Pfeffer anschwitzen, mit Paprika würzen, Brühe auffüllen, mit heller Mehlschwitze binden, mit Sahne legieren.

Pot-au-feu (Frankreich)

Siehe Gemüsesuppe mit Rindfleisch und Käse.

Rassolnik (Sowjetunion)

Rinderniere kochen, Streifen von Sellerie, Petersiliewurzel und Zwiebelscheiben anschwitzen, Salzgurkenstreifen und Kartoffelstückchen zugeben, dünsten, mit der Nierenbrühe auffüllen, durchkochen. Einlage Nierenscheiben, gedünstete Kopfsalatstreifen, mit Salzgurkenbrühe und saurer Sahne vollenden, mit Petersilie oder gehacktem Dill bestreuen.

Hinweis: Siehe im gleichen Abschnitt auch Geflügelrassolnik.

Soipa Awgolemono (Griechenland)

Siehe Eier-Zitronen-Suppe.

Sopa mejicana (Mittelamerika)

Siehe Mexikanische Suppe.

Štajerska Kiesela Čorba (SFR Jugoslawien)

Siehe Kartoffelsuppe, pikant.

Stracciatella (Italien)

Siehe Hühnersuppe mit Eiflocken, italienisch.

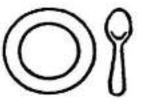
Schtschi aus Rosenkohl (Sowjetunion)

Zubereitung wie Weißkohlschtschi, anstelle Weißkohl Rosenkohl verwenden. Beim Anrichten auf jeden Teller einen Löffel saure Sahne, mit gehackter Petersilie oder Dill bestreuen.

Schtschi aus Sauerkraut (Sowjetunion)

Wurzelwerk, Zwiebeln und Tomatenmark anschwitzen, grob geschnittenes Sauerkraut, Lorbeerblatt, Salz und Pfeffer zugeben, dünsten, Fleischbrühe auffüllen, durchkochen. Einlage Streifen von Kochfleisch.

Hinweis: Schtschi kann auch leicht mit einer Mehlschwitze gebunden werden.



Schtschi aus Weißkohl (Sowjetunion)

Auf angebratenen Zwiebelscheiben Weißkohlstreifen und Suppengemüse dünsten, Fleischbrühe auffüllen, mit Lorbeerblatt, Pfeffer und Salz garen. Einlage Würfel von Kochfleisch.

Hinweis: Schtschi aus Weißkohl kann auch mit Einlage von Tomatenwürfeln und Kartoffelwürfeln hergestellt werden.

Soupe à l'oignon (Frankreich)

Siehe Zwiebelsuppe, französisch.

Teleschka Kurban Čorba (VR Bulgarien)

Siehe Kalbfleischsuppe mit Reis.

Toptscheta Čorba (VR Bulgarien)

Siehe Fleischklößchensuppe, bulgarisch.

Tschurpa (auch Schurpa), turkmenisch (Sowjetunion)

Würfel von gekochter Rinderbrust mit Zwiebelscheiben anbraten, Möhrenstreifen und Tomatenmark hinzufügen, dünsten, Kartoffelscheiben zugeben, Brühe auffüllen, kochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Water zooi (Belgien)

Siehe Fischsuppe, belgisch.

Zöldborsoleves (Ungarische VR)

Siehe Grüne-Erbsen-Suppe.

Zwiebelsuppe, französisch (Soupe à l'oignon)

Zwiebelringe anschwitzen, Brühe auffüllen, aufkochen, geröstete Weißbrotschnitten auf die Suppe geben, mit Reibekäse dick bestreuen, überbacken.

2.3. Kalte Suppen

Kalte Suppen sind weit weniger verbreitet als die warm zu verzehrenden Suppen und existieren auch nicht in derartiger Vielfalt und Anzahl. Sie können als *würzige kalte Suppen* oder als *süße kalte Suppen* zubereitet werden. Besonders an heißen Tagen sind sie eine wertvolle Ergänzung des Speisensortiments, da sie erfrischend und appetitanregend sind. Sie eignen sich sowohl als Imbiß wie auch als Teil einer Speisenfolge.

Die Einteilung der kalten Suppen erfolgt in die Gruppen
kalte Kraftbrühen und gebundene kalte Suppen,
Kaltschalen und süße kalte Suppen,
kalte Nationalsuppen.

2.3.1. Kalte Kraftbrühen und gebundene kalte Suppen

Kalte Kraftbrühen oder gebundene kalte Suppen werden wie die gleichartigen warm zu verzehrenden Suppen zubereitet. Zu beachten ist jedoch, daß sie gut entfettet werden, damit ihr Geschmack nicht durch geronnenes Fett beeinträchtigt wird. Die kalten Kraftbrühen werden fast immer mit Wein abgeschmeckt; die gebundenen kalten Suppen sind meist Rahmsuppen, die Sahne wird dabei auch durch saure Sahne oder Joghurt ersetzt.

Beispiele für kalte Brühen und Kraftbrühen

Kalte Kraftbrühe (Grundzubereitung)

Kräftige Rindfleisch-, Geflügel- oder Fischbrühe entfetten, gut kühlen, mit trockenem Dessertwein abschmecken, kleine Einlage (Fleisch, Geflügel, Klößchen) dazugeben, in Mokkatasse anrichten.

Hinweis: Durch Zugabe von Kalbsfüßen oder Geflügelklein beim Kochen der Brühe wird erreicht, daß diese nach dem Erkalten leicht geliert.

Kalte Champignonkraftbrühe

Rindfleischbrühe mit Champignonresten verkochen oder mit Champignonfond versetzen. Nach Erkalten Einlage von gedünsteten Champignonwürfelchen.

Kalte Fasanenkraftbrühe

Fasanenkraftbrühe entfetten, gut durchkühlen, mit Madeira abschmecken, Einlage Fasanenfleischwürfelchen, Champignons.

Hinweis: Die Einlage kann noch durch Eierstichwürfelchen ergänzt werden.

Kalte Fischkraftbrühe mit Krabben

Fischkraftbrühe entfetten, gut durchkühlen, mit Portwein abschmecken, Einlage gedünstete Krabbenschwänze, mit gehacktem Dill bestreuen.

Hinweis: Die Einlage kann durch Fischklößchen oder Streifen von Fischfilet und gedünstete Olivenwürfelchen ergänzt werden.

Kalte Geflügelkraftbrühe

Geflügelbrühe (am besten Hühnerbrühe) entfetten, gut durchkühlen, Einlage Würfel von abgezogenen Tomaten, gedünstete Gemüsepaprikastreifen, Geflügelfleischwürfelchen. Brühe kann kräftig mit Pepper-Sauce abgeschmeckt werden.

Kalte Kalbfleischbrühe

Braune Kalbfleischbrühe entfetten, gut durchkühlen, mit Rotwein abschmecken, Einlage Würfelchen von Kalbfleisch, Champignons, Eierstich.

Kalte Pilzkraftbrühe

Rinderkraftbrühe unter Verwendung von Trockenpilzen zubereiten, entfetten, gut durchkühlen, leicht mit Portwein aromatisieren, Einlage Pilzwürfelchen oder -streifen.

Kalte Rindfleischsuppe mit Erbsen

Rindfleischbrühe entfetten, gut durchkühlen, mit Madeira abschmecken, Einlage gedünstete junge Erbsen.

Kalte Selleriekraftbrühe

Rindfleischbrühe mit Selleriegeschmack herstellen (entsprechend hoher Sellerieanteil im Wurzelgemüse oder mit Selleriefond versetzen), entfetten, gut durchkühlen, Einlage Würfelchen von gedünstetem Sellerie und Eierstich.

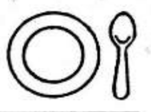
Kalte Tomatenkraftbrühe

Rindfleischbrühe entfetten, gut durchkühlen, mit Tomatenmark und Madeira aromatisieren, Einlage gedünstete Tomatenwürfel oder -streifen.

Kalte Walfleischkraftbrühe

Aus Walfleisch Kraftbrühe herstellen, gut durchkühlen, mit Portwein abschmecken, Einlage gegarte Walfleischwürfelchen.

Hinweis: Die Einlage kann noch durch Geflügelfleischklößchen oder gedünsteten Seekohl (Konserve, Import aus der Sowjetunion) ergänzt werden.
Kalte Walfleischbrühe kann auch mit einem Häubchen von Currysahne versehen werden.



Beispiele für kalte Rahmsuppen und kalte Püreesuppen

Kalte Rahmsuppe (Grundzubereitung)

Helle Suppe (Geflügelsuppe, Fischsuppe, Gemüsesuppe) gut durchkühlen, passieren (deshalb Einlage erst später zufügen), entfetten. Mit Sahne, auch saurer Sahne oder Joghurt vollenden. Kleine Einlage zugeben.

Kalte Fischrahmsuppe (Grundzubereitung)

Helle Fischsuppe gut durchkühlen, passieren, entfetten, mit Joghurt oder Sahne verrühren. Einlage Fischklößchen oder Streifen von gedünstetem Fischfilet, gedünstete Gemüsepaprikastreifen (evtl. gemischt von roten und grünen Paprikafrüchten).

Hinweis: Als Einlage können auch noch Krabbenschwänze (oder Garnelenschwänze), junge Erbsen, Tomatenwürfel oder Spargelstückchen verwendet werden.

Kalte Geflügelrahmsuppe (Grundzubereitung)

Helle Geflügelsuppe (Hühnersuppe, Entensuppe, Putensuppe) abkühlen, passieren, entfetten, mit Sahne oder Joghurt verrühren, Einlage Geflügelklößchen, gedünstete Tomatenwürfelchen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Kalte Gemüsesuppe (Geeiste Gemüsesuppe)

Tomaten, Gemüsepaprika, Porree und Weißkohl pürieren, mit kräftiger Fleischbrühe suppig verrühren, mit edelsüßem Paprika, gehacktem Kümmel, Essig und gehackter Petersilie abschmecken. Gut durchkühlen, Einlage Würfelchen von Salatgurke, Paprika und Tomate.

2.3.2. Kaltschalen und süße kalte Suppen

Kaltschalen sind ursprünglich nur als Suppen verstanden worden, die aus Früchten und Fruchtsaft oder aus einem Püree von Früchten, mit Läuterzucker und Wein aufgefüllt, zubereitet wurden. Zunehmend werden darunter jedoch alle kalten süßen Suppen, also auch solche, die gekocht und mit Stärke oder einem anderen stärkehaltigen Lebensmittel abgezogen worden sind, verstanden. Aber auch ungesüßte Suppen, wie Gurkenkaltschale, zählen darunter.
Alle Kaltschalen oder süße kalte Suppen sollen nur leicht gebunden sein. Beim Anrichten werden sie häufig mit Mandelsplittern, Nüssen oder Suppenmakronen bestreut.

Apfelkaltschale

Apfelstücke mit Zucker dünsten, pürieren, mit Apfelsaft und Weißwein (Bowlenwein) verlängern, mit Zitronensaft abschmecken. Einlage gedünstete Apfelstücke, gebrühte Sultaninen.

Hinweis: Kann auch aus Apfelmus hergestellt werden.

Aprikosenkaltschale

Halbierte Aprikosen mit einigen Aprikosensteinen und Zucker mit wenig Wasser dünsten, pürieren, mit Mineralwasser und Weißwein zur Suppe auffüllen. Einlage gegarter Sago, mit Suppenmakronen bestreuen.

Bierkaltschale

Schwarzbrotwürfel in dunklem Bier weichen lassen, zu einer Suppe verrühren, mit Zitronensaft und Zucker abschmecken, Einlage gebrühte Rosinen und entkernte Zitronenstückchen.

Hinweis: Beim Anrichten kann die Kalt-

schale noch mit Häufchen von Eierschnee garniert werden.

Erdbeerkaltschale

Frische Erdbeeren pürieren, zuckern und mit Mineralwasser oder Milch und Weißwein zu einer Suppe verrühren, Einlage frische Walderdbeeren oder kleine gezuckerte Gartenerdbeeren.
Hinweis: Erdbeerkaltschale kann auch unter Verwendung von Rotwein hergestellt werden.

Erdbeersuppe, kalt

Erdbeeren pürieren, mit Staubzucker verrühren und mit Joghurt und Milch zur kalten Suppe verlängern. Mit Suppenmakronen oder Mandelsplittern bestreuen.
Hinweis: Kann auch aus Erdbeermark hergestellt werden.

Joghurtkaltschale

Vanillemilch erhitzen, mit Eigelb legieren, abkühlen, mit Joghurt zur Suppe verrühren, Einlage verschiedene, gezuckerte Früchte (z. B. Johannisbeeren, Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen). Nach Bedarf süßen.

Milchkaltschale (Grundzubereitung)

Vanillemilch erhitzen, mit Eigelb legieren, abkühlen, Einlage körnig gekochter Reis oder Sago. Mit Mandelsplittern und Schokoladenraspeln bestreuen. Nach Bedarf süßen.

Orangenkaltschale

Orangensaft erhitzen, mit Maizena oder Kartoffelmehl leicht abziehen, abkühlen, süßen, mit Weißwein abschmecken. Einlage Orangenstreifen oder -würfelchen.

Rhabarberkaltschale

Gegarten Rhabarber pürieren, mit Zuckerwasser auffüllen und Sago darin kochen. Passieren, mit Weißwein und Mineralwasser zur Suppe auffüllen, Einlage gebrühte Sultaninen. Mit Mandelsplittern bestreuen.

Hinweis: Anstelle Sago kann zur Bindung auch Maizena oder Kartoffelmehl verwendet werden.

Zitronensuppe, kalt

Zitronensaft erhitzen, leicht mit Maizena oder Kartoffelmehl binden, abkühlen, mit Weißwein aromatisieren, süßen, Einlage entkernte Zitronenstückchen oder gebrühte Sultaninen.

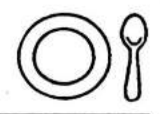
2.3.3. Kalte Nationalsuppen

Unter der Bezeichnung Nationalsuppen werden ausländische Suppen zusammengefaßt. Es handelt sich bei ihnen um gebundene oder ungebundene, süße oder würzige Suppen, die sich auch in diese Gruppen einordnen lassen.
Für die meisten Nationalsuppen sind auch im Ursprungsgebiet, nicht zuletzt abhängig von ihrer Verbreitung und Beliebtheit, verschiedene Zubereitungen üblich.
Die folgenden Beispiele sind alphabetisch und nicht nach Ländern geordnet.

Apfelsuppe, kalt (Ungarische VR)

Apfelsaft oder Saft von gegarten Apfelstückchen mit Zimt und Nelken zum Kochen bringen, mit in Wasser und Sahne angerührtem Mehl leicht binden. Abkühlen, mit Zitronensaft und Weißwein abschmecken, Einlage gedünstete Apfelstückchen.

Hinweis: Die Suppe kann auch mit Milch zubereitet werden.



Barscz zimny z botwina (VR Polen)

Siehe Gemüsesuppe mit roten Rüben, polnisch.

Borschtsch, kalt (Sowjetunion)

Salatgurkenwürfel, Zwiebelwürfel, Würfel von gekochten Kartoffeln, grob gehackte, gekochte Eier vermengen, mit kalter Fleischbrühe, saurer Sahne, Rote-Rüben-Saft und gehackten roten Rüben auffüllen. Mit Salz, Pfeffer, Senf, Zucker und gehackter Petersilie abschmecken.

Botwinja (Sowjetunion)

Siehe Spinatsuppe, kalt.

Bulgarische Gurkensuppe (Tarator)

Würfel von Salatgurke, Knoblauchpulver (oder zerriebener Knoblauch), geriebene Zwiebel, Öl, Salz, Pfeffer mit Milch vermengen, gut kühlen.

Chlodnik z borowek (VR Polen)

Siehe Heidelbeersuppe, polnisch.

Gazpacho (Spanien)

Reife Tomaten, grüne Gurke, grüne Gemüsepaprikas, grob zerkleinerte Zwiebel, weiche Brotkrumen pürieren, mit etwas kaltem Wasser anrühren, mit Salz, Pfeffer, Öl, Essig, Knoblauchpulver (oder zerquetschtem Knoblauch), Kümmelpulver (oder gehacktem Kümmel) abschmecken, kalt stellen und einige Stunden durchziehen lassen.

Hinweis: Gazpacho wird in vielen Varianten zubereitet und ist eine sehr erfrischende Suppe an heißen Tagen. Häufig wird dazu frisches Weißbrot gereicht.

Gemüsesuppe mit roten Rüben, polnisch (Barscz zimny z botwina)

Streifen von roten Rüben mit Zwiebel und Suppengrün dünsten, mit Rote-Rüben-Saft und dunklem Einfachbier (Kwaß) auffüllen, erkalten lassen. Mit Zitronensaft, Senf, Salz, Zucker, gehacktem Dill und Knoblauch abschmecken. Würfel von grüner Salatgurke zugeben, mit saurer Sahne vollenden.

Gurkensuppe, jugoslawisch

Geraspelte Salatgurken mit Joghurt, Eiswasser, Pepper-Sauce, gehacktem Dill und Salz vermengen. Beim Anrichten auf jeden Teller einen Löffel eines Gemisches aus geriebenen Walnüssen, geriebenem Knoblauch, mit Öl und Salz verrührt, geben.

Heidelbeersuppe, polnisch (Chlodnik z borowek)

Heidelbeeren pürieren, mit Milch und Staubzucker verrühren, mit dicker Sahne vollenden, Einlage gezuckerte Heidelbeeren.

Kartoffelpüreesuppe, orientalisch

Kartoffelpüreesuppe wie üblich herstellen, abkühlen lassen, mit entfetteter Hammelbrühe verdünnen und mit Zitronensaft kräftig abschmecken.

Okroschka mit Fleisch (Sowjetunion)

Eigelb von hartgekochten Eiern mit Senf, saurer Sahne oder Joghurt und wenig Zucker verrühren, mit einfachem, dunklem Bier (Kwas) zu einer Suppe verrühren. Einlage kleine Würfel von Salatgurke, gekochtes Rind- und Schweinefleisch, Pökelzunge und das gehackte Eiklar der hartgekochten Eier. Gut kühlen, mit gehacktem Dill bestreuen.

Sauerkirschsuppe, ungarisch

Entsteinte Sauerkirschen mit wenig gezuckertem und leicht gesalzenem Wasser

aufkochen, den Saft nochmals mit Zimt und Nelken durchkochen, mit in Sahne angerührtem Mehl leicht abziehen. Mit Rotwein abschmecken, gut kühlen, die Kirschen als Einlage.

Spinatsuppe, kalt (Botwinja, Sowjetunion)

Gedünsteten Spinat und Sauerampfer pürieren, mit dunklem Einfachbier (Kwaß) auffüllen, mit Senf, Zucker, Salz und gehacktem Dill abschmecken. Einlage Würfel von Salatgurke.

Hinweis: Die Einlage kann durch gedünstete Fischfleischwürfel oder Fischklößchen ergänzt werden.

Tarator (VR Bulgarien)

Siehe Bulgarische Gurkensuppe.



3. *Eintopfgerichte (Eintöpfe)*

3.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Eintopfgerichte

Eintopfgerichte oder Eintöpfe sind sättigende, vollwertige Gerichte, die in unterschiedlicher Weise zubereitet und verschiedenartig zusammengesetzt werden können. Sie erlangen wieder zunehmend Beliebtheit und gehören in das Sortiment jeder Speisegaststätte, unabhängig von der Preisstufe. Eintopfgerichte sind seit Jahrhunderten verbreitet und weisen infolge dieser langen Entwicklungszeit einen großen Artenreichtum auf. Ihr Name ergibt sich daraus, daß alle Zutaten im Prinzip *in einem Topf* (Gargefäß) zusammen gegart werden. Da sich die Eintöpfe in den verschiedenen Gebieten ursprünglich aus den dort vorhandenen Lebensmitteln zusammensetzten, weisen auch die verschiedenen Arten eine große Variationsbreite auf.
Meist sind Eintopfgerichte (Eintöpfe) als suppige Gerichte verbreitet und werden deshalb auch als *Suppentöpfe* bezeichnet. Es gibt jedoch auch eine große Anzahl dicker gehaltener Eintöpfe, die man mit der Gabel verzehrt und deshalb *Gabeleintöpfe* nennt.
Der *Sättigungswert* von Eintopf kann sehr unterschiedlich sein, so können z. B. ein Brühreiseintopf etwa 1340 kJ (320 kcal), ein Möhreneintopf etwa 1465 kJ (350 kcal), ein gemischter Gemüseeintopf ohne Kartoffeln etwa 960 kJ (230 kcal) und Löffelerbsen etwa 2890 kJ (690 kcal) ausweisen.[1] Durch eine Fleischeinlage erhöhen sich die Werte erheblich. Eintöpfe, die nur einen geringen Vitaminanteil (z. B. Löffelerbsen) haben, sind durch einen Frischkostsalat zu ergänzen, bei Gemüseeintöpfen kann der Eiweißanteil durch eine Quarkspeise als Nachtisch erhöht werden. Die große Anzahl der verschiedenen Eintopfgerichte wird in folgende Gruppen eingeteilt:

Gemüseeintöpfe,
Hülsenfruchteintöpfe,
Teigwaren- und Nährmitteleintöpfe,
Mischeintöpfe,
Gabeleintöpfe.

---

[1] Die Werte sind nach den Rezepturen der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung, Berlin 1972 – berechnet. Eine Fleischeinlage ist nicht berücksichtigt

3.2. Gemüseeintöpfe

Gemüseeintöpfe sind suppige Zubereitungen aus einem oder mehreren Gemüsen (gemischte Gemüseeintöpfe). Meist weisen sie eine *Einlage* von Kartoffelstückchen – mitunter auch von Nährmitteln, wie Reis, Teigwaren – und eine Fleisch- oder Wursteinlage auf. Das Gemüse sollte immer vor dem Kochen mit Fett gedünstet werden, da sich dadurch ein abgerundeter Geschmack ergibt. Die Fleischeinlage kann mit den Gemüsen oder auch getrennt gegart werden. Gemüseeintöpfe unterscheiden sich von Gemüsesuppen dadurch, daß sie dicker gehalten werden und deshalb mehr sättigen.

Bigos (VR Polen)

Zwiebelwürfel mit Würfeln von magerem Speck goldgelb anschwitzen, streifig geschnittenen Weißkohl und grob gehacktes Sauerkraut sowie ein Stück Kasseler Rücken oder Rauchfleisch darauf geben, mit wenig Brühe – soviel, daß das Gargut damit bedeckt ist – auffüllen, Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer und gehackten Kümmel dazugeben und langsam garen. Kurz vor der Gare angebratene Scheiben von Knoblauchwurst oder einer anderen geräucherten Brühwurst und etwas Tomatenmark zugeben und gemeinsam garen. Wenn das Fleisch gar ist, dieses herausnehmen, in Scheiben schneiden und beim Anrichten auf den Bigos geben.
Bigos wird mit wenigen, extra gekochten Kartoffeln angerichtet.

Hinweis: 1. Es bestehen mehrere Zubereitungsvarianten (z. B. nur mit Sauerkraut zubereitet, mit Äpfeln zubereitet).
2. Die Flüssigkeit muß beim Anrichten stark reduziert sein, so daß Bigos sämig ist. Mitunter wird er auch deshalb mit wenig Mehlschwitze gebunden.

Bosnanski lonac (SFR Jugoslawien)

Siehe Bosnischer Topf.

Bosnischer Topf (Bosnanski lonac)

Gesäuberte und geputzte Möhren, Petersiliewurzel und Sellerie grobblättrig schneiden, mittlere geschälte rohe Kartoffeln vierteln, grüne Bohnen brechen, Wirsingkohl grob schneiden, Gemüsepaprika in grobe Stücke und Hammelfleisch gulaschgroß schneiden. In ein feuerfestes Gargefäß mit Lorbeerblättern, Salz, Pfefferkörnern und Knoblauchzehen einschichten. Mit Wasser und etwas trockenem (herbem) Weißwein auffüllen, gut abdecken (in Jugoslawien wird das Gefäß noch mit einem Wasser-Mehl-Teig abgedichtet). In vorgeheizter Bratröhre bei mittlerer Hitze etwa 3 Stunden garen lassen.

Hinweis: Am besten im Gargefäß servieren.

Beilage: Weißbrot.

Gemüseeintopf (Grundzubereitung)

Rinderkochfleisch mit Wasser kochen, Gemüsestreifen oder -würfel anschwitzen, Kartoffelstückchen dazugeben, mit der Rindfleischbrühe auffüllen, garen. Einlage Rindfleischwürfel, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Hinweis: Der Eintopf kann auch leicht mit einer hellen Mehlschwitze abgezogen werden.

Gemüseeintopf mit Huhn (Hühner-Minestra)

Lauch-, Sellerie- und Möhrenstreifen, Blumenkohlröschen und Gemüsepaprikawürfel anschwitzen, mit Hühnerbrühe auffüllen, junge Erbsen zugeben, garen.



Einlage Würfel von gekochtem Hühnerfleisch, gekochte Teighörnchen oder andere Teigwaren, mit Salz und Muskat abschmecken. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Hinweis: Der Eintopf kann auch leicht tomatisiert werden.

Gemüseeintopf mit Reis

Gemüseeintopf wie Grundzubereitung herstellen, Einlage körnig gekochter Reis und gedünstete Tomatenwürfel sowie Rindfleischwürfel.

Grüne Bohnen mit Hammelfleisch

Grüne Bohnen in Hammelbrühe mit Bohnenkraut garen, gesondert gekochte Kartoffelstückchen und Würfel von Hammelfleisch zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Grünkohleintopf

Grünkohl dünsten, grob zerkleinern, in eine helle, aus angeschwitzten Zwiebeln, Mehlschwitze und Milch sowie Brühe zubereitete Suppe geben, mit Würfeln von gekochten Kartoffeln durchkochen, Einlage Schinkenspeckwürfel und Scheiben von angebratener Schinkenwurst.

Hinweis: Grünkohleintopf kann auch ungebunden hergestellt werden.

Hühner-Minestra (Italien)

Siehe Gemüseeintopf mit Huhn.

Karotten mit Schweinefleisch (Karotteneintopf)

Karottenscheiben und Schweinebauchwürfel anschwitzen, mit Brühe auffüllen, aufkochen, Kartoffelwürfel, Lorbeerblatt und Gewürznelke zufügen, garen. Mit Salz, etwas Pfeffer abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Kohlrübeneintopf mit Gänseklein (Steckrüben mit Gänseklein)

Scheiben von Kohlrüben, Zwiebeln, Sellerie anschwitzen, mit Gänsekleinbrühe auffüllen, aufkochen, Kartoffelstückchen zugeben, garen. Mit Pfeffer, Salz und ein wenig Majoran abschmecken. Einlage Gänseklein.

Hinweis: Der Eintopf kann auch mit Schweinebauch hergestellt werden.

Möhreneintopf mit Schinkenspeck und Fischstreifen

Möhren mit Zwiebelwürfeln und Schinkenspeck anschwitzen, Fleischbrühe auffüllen, Kartoffelstückchen zugeben, kochen. Zuletzt Streifen von Fischfilet zufügen, aufkochen und ziehen lassen.
Mit Pfeffer und Salz abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Hinweis: Kann auch mit Rindfleisch oder Schweinekleinfleisch hergestellt werden.

Sauerkrauteintopf mit Knoblauchwurst

Sauerkraut grob hacken und mit Speck- und Zwiebelwürfeln anschwitzen, Fleischbrühe auffüllen, Lorbeerblatt, Salz und Pfeffer zugeben und garen, zuletzt getrennt gekochte Kartoffelstückchen und angebratene Scheiben von Knoblauchwurst zugeben, nochmals aufkochen.

Sauerkrauteintopf mit Pökelrippchen

Herstellung wie Sauerkrauteintopf mit Knoblauchwurst, jedoch als Einlage Pökelrippchen und zur Herstellung die Pökelrippchenbrühe verwenden.

Steckrüben mit Gänseklein

Siehe Kohlrüben mit Gänseklein.

Weißkohl mit Hammelfleisch

Weißkohlstreifen mit Zwiebel anschwitzen, mit Hammelbrühe auffüllen, durchkochen,

mit gehacktem Kümmel, Pfeffer und Salz abschmecken, gesondert gekochte Kartoffelstückchen und Würfel von gekochtem Hammelfleisch zugeben, aufkochen. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Weißkohl mit Rindfleisch

Zubereitung wie Weißkohl mit Hammelfleisch, jedoch anstelle Hammel Rinderbrust verwenden.

Wirsingkohl mit Schweinefleisch

Herstellung wie Grünkohleintopf, jedoch als Einlage Schweinekleinfleisch verwenden.

Hinweis: Kann auch mit längs halbierten Spitzbeinen hergestellt werden.

3.3. Hülsenfruchteintöpfe

Hülsenfruchteintöpfe werden aus Bohnen, Erbsen, Linsen oder anderen Hülsenfrüchten hergestellt. Sie weisen eine *Fleischeinlage* auf und werden häufig noch mit Kartoffelstückchen kombiniert.
Ihr *Sättigungswert* ist hoch. Um Vollwertigkeit anzustreben, ist es notwendig, zu Hülsenfruchteintöpfen noch einen Frischkostsalat zu reichen. Zu beachten ist, daß Hülsenfruchteintöpfe schwer verdaulich sind.

Bohnen, geschmort, mit Tomate (Geschmorter Bohneneintopf mit Tomate)

Rinderschmorfleischwürfel mit Zwiebel und Tomate wie für Gulaschansatz schmoren, mit geweichten und vorgekochten weißen Bohnen vermengen, mit etwas Brühe ergänzen, garen. Kräftig mit edelsüßem Paprika abschmecken.

Bohneneintopf mit Chilli (Chilli con carne)

Rote oder braune Bohnen mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln und Rindfleisch kochen. Wenn die Bohnen und die Rindfleischwürfel gar sind, mit Knoblauchpulver, Kümmelpulver und Oregano (wilder Majoran) würzen, mit Mehlschwitze binden und durchziehen lassen.

Bohnen mit Graupen (Ricet) (SFR Jugoslawien)

Eingeweichte Bohnen mit Einweichwasser und geräucherten oder gepökelten Schweinerippchen kochen, Schweinerippchen herausnehmen, separat gekochte Gräupchen zufügen, mit einer hellen Mehlschwitze (mit Zwiebeln) binden, mit Paprika und gehackter Petersilie abschmecken, die Schweinerippchen portioniert als Einlage.

Bohnen mit Hammelfleisch (Fassulya Corbasi Ile Koyun Eti) (Orient)

Eingeweichte Bohnen mit Einweichwasser und Hammeldünnung kochen, Fleisch herausnehmen, mit Zwiebel angeschwitzte Möhren-, Sellerie- und Lauchstreifen dazugeben, nach Beilage von geriebenem Knoblauch, Pfeffer und Majoran langsam sämig kochen. Zuletzt das portionierte Hammelfleisch in die Suppe geben.

Bohnen mit Pökelfleisch, sauer

Weiße Bohnen mit Einweichwasser und Pökelfleisch sowie kleingeschnittenem Suppengemüse garen, Fleisch entbeinen und in Würfel geschnitten mit separat gekochten Kartoffelstückchen wieder zu den



Bohnen geben, aufkochen, mit Salz, Essig und evtl. ein wenig Zucker abschmecken.

Chilli con carne (USA)

Siehe Bohneneintopf mit Chilli.

Erbseneintopf

Siehe Löffelerbsen.

Fassulya Corbasi Ile Koyun Eti (Orient)

Siehe Bohnen mit Hammelfleisch.

Linsen mit magerem Speck (Linsen süß-sauer)

Linsen in Einweichwasser kochen, Kartoffelstückchen zugeben und gemeinsam garen. Mageren Speck mit Zwiebel anschwitzen, in die Linsen geben und nochmals durchkochen. Mit Salz, Pfeffer, Essig und evtl. ein wenig Zucker abschmecken.

Hinweis: Der Eintopf kann auch noch mit Würfeln von Delikateßgurke ergänzt werden.

Linsen mit Paprika

Linsen mit Einweichwasser und magerem Speck garen, kurz vor der Gare noch Kartoffelstückchen zugeben und gemeinsam zu Ende garen. Zwiebel mit Speckwürfel anbraten, mit Gemüsepaprikastreifen dünsten, mit edelsüßem Paprika verrühren und in den Eintopf geben. Einlage ist der in Würfel geschnittene magere Speck.

Linsen süß-sauer

Siehe Linsen mit magerem Speck.

Löffelerbsen (Erbseneintopf)

Erbsen mit Einweichwasser, Spitzbeinen und Schweinebauch garen, das Fleisch entbeinen und würfeln, mit separat gegarten Kartoffelwürfeln und mit in Speck angeschwitzten Zwiebelwürfeln in den Eintopf geben, aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken.

Hinweis: Löffelerbsen können auch mit einem kleinen Anteil zerkleinertem Suppengemüse hergestellt werden.

Ricet (SFR Jugoslawien)

Siehe Bohnen mit Graupen.

Saure Bohnen mit Pökelfleisch

Siehe Bohnen mit Pökelfleisch, sauer.

3.4. Teigwaren- und Nährmitteleintöpfe

Teigwaren- oder Nährmitteleintöpfe sind Eintöpfe, bei denen Teigwaren (Nudeln, Teighörnchen u. a.), Gräupchen oder Reis den bestimmenden Anteil darstellen. Sie sind klare, also ungebundene Eintöpfe und unterscheiden sich von den gleichartigen Brühsuppen vor allem dadurch, daß sie dicker gehalten werden und deshalb einen höheren *Sättigungswert* aufweisen. Als Hauptmahlzeit sollten sie, um eine bessere Vollwertigkeit zu erreichen, durch eine eiweißreiche Speise oder Speisenkomponente (z. B. Quarkspeise mit Früchten) ergänzt werden.
Da Teigwaren und Nährmittel einen geringen Eigengeschmack haben, müssen sie in Eintöpfen mit starken Geschmacksträgern kombiniert werden.

Bennet Soup (USA)

Siehe Gräupcheneintopf mit Gemüsen und Rindfleisch, amerikanisch.

Brühnudeln mit Rindfleisch

In Fleischbrühe Streifen von Möhre, Porree und Sellerie angaren, Nudeln dazugeben, gemeinsam garen. Einlage Würfel von gekochtem Rindfleisch. Mit Muskat abschmecken und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Brühreis mit Hühnerklein

Hühnerklein kochen, in der abgeseihten Brühe Reis und Streifen von Wurzelgemüse garen, mit Muskat kräftig abschmecken, Einlage Geflügelklein (auch entbeint), mit gehackter Petersilie reichlich bestreuen.

Hinweis: Kann auch mit Kochhuhn oder Rindfleisch hergestellt werden.

Gräupchen mit Gemüsen und Rindfleisch (Bennet Soup), amerikanisch

Rinderkochfleisch kochen, Zwiebelscheiben, Karotten-, Weißkohl- und Selleriestreifen anschwitzen, mit Brühe auffüllen, Gerstengräupchen darin kochen, Einlage Rindfleischwürfel oder -streifen. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Gräupchen mit Rindfleisch

Gräupchen in Fleischbrühe kochen, gedünstete Kohlrabistreifen und Rindfleischwürfel oder -streifen als Einlage. Mit gehackter Petersilie bestreuen.

Hinweis: Bei jungem Kohlrabi das Grün mit als Einlage verwenden.

Nudeln mit Huhn

Zubereitung wie Brühnudeln mit Rindfleisch, anstelle Fleischbrühe Hühnerbrühe und anstelle Rindfleisch Geflügelklein oder Kochhuhn verwenden.

3.5. Mischeintöpfe

Mischeintöpfe sind Eintopfgerichte, bei denen nicht *ein* Lebensmittel eindeutig dominiert, wie das beispielsweise bei Teigwaren-, Hülsenfrucht- oder Gemüseeintöpfen der Fall ist. Erst die Kombination oft sehr unterschiedlicher Lebensmittel ergibt die vollendete Geschmackskombination, die für die Mischeintöpfe typisch ist. Es lassen sich viele derartige Kombinationen zusammenstellen.

Bográcsgulyas (Ungarische VR)

Siehe Kesselgulasch.

Budapester Hausfrauengulasch (Ungarische VR)

Eisbein entbeinen und mit gehacktem Spitzbein aus den Eisbeinknochen und Schwarte Schweinebrühe kochen. Lorbeerblatt und Wurzelgemüse mitkochen. Zwiebelwürfel in Schweineschmalz hellgelb anschwitzen, mit edelsüßem Paprika anstäuben und dazu das geschnittene, rohe Eisbeinfleisch ohne Schwarte geben. Alles gemeinsam schmoren, mit etwas Brühe angießen und langsam garen. Kurz vor dem Garpunkt kleine rohe Kartoffelwürfel und Streifen von Gemüsepaprika zufügen und weiter garen. Nach Bedarf mit der Schweinsbrühe auffüllen. Dann einige wenige Faconnudeln (Buchstaben, Sternchen o. dgl.) dazugeben und in dem Gulasch garziehen. Zuletzt mit Salz und Paprika nach Bedarf abschmecken.



Buntes Huhn

Siehe Schweinefleisch mit Bohnen und Karotten.

Carbonada (Südamerika)

Siehe Rindfleischeintopf, pikant.

Cherbah (Orient)

Siehe Hammelfleischeintopf, orientalisch.

Flecke, süß-sauer

Gereinigte Flecke (Kutteln) garen, helle Mehlschwitze mit dieser Brühe zu einer Suppe verkochen, gesondert gekochte Kartoffelstückchen, die in Streifen geschnittenen Flecke, Würfel von Salz- oder Delikateßgurke zugeben, durchkochen, mit Salz, Pfeffer, Essig und Zucker abschmecken.

Fleischtopf, serbisch

Rindfleischwürfel mit Suppengrün und Ingwer kochen, Kartoffelwürfel zufügen und gemeinsam garen, gedünstete Streifen von Gemüsepaprika zugeben und mit Mehl und Sahne leicht binden.

Gaisburger Marsch

Siehe Kartoffeleintopf mit Spätzle und Rindfleisch.

Gemüseeintopf, überbacken

Rindfleischwürfel, Karottenscheiben, Wirsingstreifen, Zwiebelwürfel und mageren Speck schichtweise in Gargefäß geben, mit Brühe bedecken, garen, mit Pfeffer und Salz abschmecken, mit Reibkäse dick bedecken, überbacken.

Hammelfleisch mit Gemüsen

Geweichte weiße Bohnen kochen, gedünstete Karotten, Selleriestreifen, Lauch- und Wirsingstreifen, Kartoffelstücke (gesondert gekocht), gekochte Hammelfleischwürfel, Hammelbrühe zugeben, durchkochen. Mit Pfefferkraut und gehackter Petersilie oder gehacktem Selleriegrün abschmecken.

Hammelfleischeintopf, orientalisch

Zwiebelwürfel, Tomatenwürfel, Gemüsepaprikastreifen und Pfefferminzblätter anschwitzen, heißes Wasser auffüllen, aufkochen, gewürfeltes Hammelfleisch und getrocknete Aprikosen zugeben, garen, zuletzt getrennt gekochte Nudeln untermengen, aufkochen.

Kartoffeleintopf mit Spätzle und Rindfleisch (Gaisburger Marsch)

Kartoffelwürfel in Fleischbrühe kochen, gesondert gekochte Spätzle und Rindfleischwürfel zufügen, mit Muskat und Salz abschmecken, aufkochen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Kartoffeleintopf, pikant

Schweinefleischwürfel oder Schweinekleinfleisch anbraten, mit Zwiebelwürfeln und Apfelspalten schmoren, Mehl anstäuben, mit Tomatenmark und Brühe auffüllen, durchkochen, Kartoffelstückchen zugeben und gemeinsam mit Würfeln von Salzgurke garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kartoffelgulasch

Zwiebelscheiben mit Streifen von Gemüsepaprika dünsten, doppelte Menge Kartoffelscheiben zugeben, Brühe auffüllen, Kochsalamiwürfel zufügen, gemeinsam garen. Säuerlich abschmecken.

Kesselgulasch (Bográcsgulyas)

Zwiebelwürfel mit edelsüßem Paprika anschwitzen, mit Wasser ablöschen, Rindfleischwürfel zufügen, dünsten, salzen, Tomatenmark und Wasser zugeben. Wenn Fleisch fast gar ist, Kartoffelstückchen zugeben und gemeinsam garen.

Kartoffeln und Lunge, süß-sauer

Lungenwürfel mit Zwiebel anschwitzen, dicke Kartoffelscheiben, Lorbeerblatt, Piment, Salz, Pfeffer und Brühe zugeben, garen. Mit Mehlschwitze leicht binden, süß-sauer abschmecken.

Hinweis: Kann noch durch Gurkenwürfel ergänzt werden.

Rassolnik mit Niere (Sowjetunion)

Streifen von Sellerie, Petersiliewurzel und Zwiebelscheiben anschwitzen, Salzgurkenstreifen, Kartoffelstückchen und Brühe von gekochten Nieren zugeben, gemeinsam garen. Mit Streifen von gekochter Niere und Kopfsalatstreifen ergänzen, mit saurer Sahne und gehacktem Dill ergänzen. Kann auch mit Geflügelklein hergestellt werden.

Hinweis: Dünner gehalten und in kleineren Portionen ist Rassolnik auch eine Suppe. Siehe 2.2.3. Nationalsuppen.

Rindfleischeintopf

Kartoffelstückchen in Rindfleischbrühe mit Streifen von Suppengemüse garen. Einlage Rindfleischwürfel, mit Salz und Majoran kräftig abschmecken.

Rindfleischeintopf, pikant

Rindfleischwürfel mit Zwiebel anbraten, Kartoffelscheiben und Wasser zugeben, dünsten, mit gekochten Maiskörnern, körnig gekochtem Reis, Gemüseerbsen und Kürbiswürfeln ergänzen, mit Brühe auffüllen, gemeinsam garen. Mit Chilli kräftig abschmecken, mit verrührten Eigelben abziehen.

Rindfleisch mit Nudeln und Kartoffeln

Separat gekochte Kartoffelstückchen, Nudeln, Rindfleischwürfel mit Gemüsestreifen in Rindfleischbrühe aufkochen, mit Salz und gehackter Petersilie abschmecken.

Schweinefleisch mit Bohnen und Karotten (Buntes Huhn)

Geweichte weiße Bohnen, Schweinefleischwürfel, Zwiebelwürfel, Karottenwürfel und grüne Bohnen gemeinsam in Brühe garen. Gesondert gekochte Kartoffelstückchen zugeben, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken.

Suppentopf mit Pilzen

Kartoffelstückchen und Pilzscheiben in Fleischbrühe kochen, Einlage Rind- oder Geflügelfleisch, mit Pfeffer und Salz und viel gehackter Petersilie abschmecken.

Tschanachi (Sowjetunion)

In Würfel geschnittene Kartoffeln, in Portionsstücke gehackte Hammelbrust (man rechnet auch 2 bis 3 Stück je Portion), Scheibenzwiebeln, in Scheiben geschnittene Auberginen, grüne Bohnen, Tomatenmark, zerdrückten Knoblauch, Pfeffer und Salz in ein feuerfestes Gefäß einschichten. Mit soviel Brühe angießen, daß alles bedeckt ist, und in der Bratröhre bei mittlerer Hitze garen. Kurz vor dem Garpunkt noch Tomatenscheiben obenauf legen und leicht bräunen lassen.

3.6. Gabeleintöpfe

Gabeleintöpfe sind besonders dick gehaltene Eintöpfe, die kaum noch Brühe absondern. Daher ist es möglich, sie mit der Gabel zu verzehren. Sie sind ihrem Wesen nach meist *Mischeintöpfe*, da bei ihnen kein Lebensmittel die dominierende Rolle spielt, sondern



erst die Kombination der verschiedenen Lebensmittel ihren typischen Geschmack ergibt.

Auberginenmusaka (Mussaka de Vinetè)

Auberginen putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Salzen, mehlieren und in heißem Öl auf beiden Seiten rasch anbraten, aus der Pfanne nehmen und abtropfen lassen. Zu gleichen Teilen Rinder-, Kalbs- und Schweinehackfleisch mit Würfelzwiebeln anschwitzen, mit wenig brauner Soße etwas schmoren lassen, mit Salz und Pfeffer würzen und einige aufgeschlagene Eier untermengen. Eine gefettete feuerfeste Form mit Auberginenscheiben auslegen, eine Schicht Hackfleisch einfüllen, dann wieder mit Auberginenscheiben belegen und so schichtweise die Form füllen. Zuletzt mit einer Schicht Tomatenscheiben abschließen. In Backröhre bei mittlerer Hitze backen. Wenn sich die oberste Schicht bräunt, etwas Fett abgießen und die Musaka mit einem Gemisch aus zerrührtem Ei und Sahne oder Milch übergießen. Backen, bis die Eimasse fest geworden ist.

Beilage: Weißbrot.

Bäckeofe (Frankreich)

Gewürfeltes, mit Weißwein, Zwiebel, Pfeffer und Knoblauch mariniertes Schweinekammfleisch, Hammelschulter und Rinderbrust mit Zwiebelscheiben und Kartoffelscheiben schichtweise in Schmortopf geben, mit Weißwein angießen, salzen, im Ofen garen.

Geflügelreis

Reis mit Zwiebelwürfeln anschwitzen, mit Hühnerbrühe auffüllen, garen, kurz vor der Gare gekochte Geflügelfleischwürfel und Würfel von abgezogenen Tomaten untermengen, durchziehen lassen, mit Curry abschmecken.

Gemüsegulasch mit Kartoffeln

Schweinefleischwürfel mit Zwiebeln anschwitzen, Mehl anstäuben, mit Tomatenmark, jungen Erbsen, Karottenstreifen ergänzen, gemeinsam garen. Zuletzt gesondert gekochte Kartoffelwürfel zugeben, mit Salz und Paprika abschmecken.

Hammelfleisch mit Majoran (Majoranfleisch)

Helle Mehlschwitze mit Hammelbrühe verkochen, gekochte Hammelfleischwürfel und Kartoffelstückchen zufügen, kräftig mit Majoran abschmecken, durchkochen.

Hammelfleisch mit Makkaroni

Hammelfleischwürfel mit Zwiebel und Tomatenmark schmoren, anstäuben mit Mehl, mit Brühe ablöschen und verkochen. Wenn das Fleisch gar ist, kurzgeschnittene Makkaroni untermengen, durchziehen lassen.

Hammelfleisch mit Sellerie und Reis

In Hammelbrühe Selleriewürfel und Reis garen, gekochte Hammelfleischwürfel unterziehen, mit Curry abschmecken, durchziehen lassen.

Irish Stew (Großbritannien)

Gargefäß zunächst mit einer Lage Zwiebelscheiben auslegen, darauf Hammelfleischwürfel geben, mit einer Schicht roher, geschälter Kartoffelscheiben abdecken, pfeffern und salzen und mit etwas Petersilie ergänzen, mit geputztem Weißkohlviertel abdecken und mit Wasser soweit angießen, daß die Höhe von 3/4 der Einlage erreicht wird. Zugedeckt in der Backröhre gardünsten.

Hinweis: Für Irish Stew sind mehrere Zubereitungsarten verbreitet. Er wird

auch ohne Kohl oder/und mit anderem Gemüse zubereitet.

Kartoffelauflauf

Mageren Speck mit Zwiebeln anschwitzen, gekochte Kartoffelscheiben mitbraten, Blutwurstscheiben oder Jagdwurstscheiben untermengen, mit verrührtem Ei übergießen, im Ofen stocken lassen. Portionsweise ausstechen, mit geschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Kartoffel-Fleisch-Eintopf, pikant (Spanisch-Frikko)

Schweinefleischwürfel mit Zwiebel anschwitzen, mit Mehl anstäuben, mit Brühe auffüllen, gut durchkochen, bis das Fleisch gar ist, gekochte Kartoffelscheiben untermengen, mit saurer Sahne vollenden, mit Paprika, Pfeffer und Salz abschmecken, aufkochen.

Kaßler-Topf

Zwiebelscheiben mit Apfelspalten anschwitzen, grob gehacktes Sauerkraut, Kartoffelscheiben und Kaßler Rippchen schichtweise darüber geben, mit Brühe auffüllen, im Ofen garen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Labskaus I

Gekochtes Pökelfleisch mit Delikateßhering fein zerkleinern (wolfen), mit Stampfkartoffeln (pürierte Kartoffeln), in Speck angeschwitzten Zwiebelwürfeln und Delikateßgurkenwürfeln vermengen, mit Pökelbrühe zu einem saftigen Gabeleintopf verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage: rote Bete.

Labskaus II

Gewässerten und gehackten Salzhering mit Speck- und Zwiebelwürfeln anschwitzen, grob gewürfeltes Kraftfleisch oder Corned beef dazugeben und zerlaufen lassen. Mit Kartoffelbrei verrühren, mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Beim Anrichten auf jede Portion ein Setzei geben.
Beilage: rote Bete.

Majoranfleisch

Siehe Hammelfleisch mit Majoran.

Musaka, serbisch (SFR Jugoslawien)

Geschälte Kartoffeln in dicke Scheiben schneiden und in Fett backen. Zu gleichen Teilen Schweine- und Rinderhackfleisch mit Zwiebelwürfeln und mit Pfeffer, Salz sowie gehackter Petersilie gewürzt anbraten. Diese Fleischmasse etwas abkühlen lassen und mit rohen Eiern und saurer Sahne zu einer dickflüssigen Masse verrühren. Dann die Kartoffeln und die Hackfleischmasse abwechselnd in Schichten in eine gefettete Pfanne geben, so daß mit einer Schicht Kartoffeln abgeschlossen wird, und etwa 30 Minuten in der Backröhre bei mittlerer Hitze garen. Rohe Eier und Milch zu gleichen Teilen verrühren und auf die Musaka gießen. Leicht bräunen lassen und zuletzt in portionsgroßen Stücken aus der Pfanne ausstechen.

Hinweis: Als Gericht wird Musaka beim Anrichten mit einer kräftigen braunen Soße und einer Salatbeilage ergänzt.

Mussaka de Vinete (SR Rumänien)

Siehe Auberginenmusaka.

Nierenreis mit Gemüse

Reis mit feingeschnittenem Suppengemüse und Zwiebel anschwitzen, mit Brühe auffüllen, garen. Angebratene Nierenscheiben untermengen, mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Mit gehackter Petersilie bestreuen.



Paella (Spanien)

In heißem Öl zerquetschten Knoblauch dünsten und mit Tomaten- und Paprikamark ergänzen, kurz schmoren. Gut gewaschenen Reis dazugeben und in dieser dicken Soße etwa 5 Minuten kochen lassen. Mit Hühner- oder Fleischbrühe angießen und den Reis langsam ausquellen lassen, kurz vor dem Garpunkt gehackten Kochschinken, evtl. auch Schnecken- und Krabbenfleisch und reichlich Safran daruntermengen und alles gut durchziehen lassen. Man kann auch noch etwas heißes Öl untermengen. Beim Anrichten den Reis mit erhitzten Stücken von gegartem Hühnerfleisch, Rindfleisch und magerem Schweinefleisch belegen und mit roten Gemüsepaprikastreifen garnieren.

Hinweis: 1. Der Reis muß gut körnig sein. 2. Es sind mehrere Varianten der Paella verbreitet.

Plow, usbekisch (Sowjetunion)

Gulaschgroß geschnittenes Hammelfleisch in heißem Öl anbraten, mit wenig Wasser angießen, Salz, Pfeffer, zerquetschten Knoblauch und etwas edelsüßen Paprika zugeben und schmoren. Kurz vor dem Erreichen des Garpunktes in Streifen geschnittene Möhren und Reis zufügen, alles gemeinsam garen. Das trockene, kaum Brühe absondernde Gericht beim Anrichten mit in sehr dünne Scheiben geschnittenen rohen Zwiebeln bestreuen.

Quarkkartoffeln

Aus heller Schwitze und Brühe eine helle Soße herstellen, mit Quark, Kümmel, Paprika und geriebener Zwiebel verrühren, gekochte Kartoffelscheiben unterziehen. In gefettete Form geben, mit mageren Speckscheiben bedecken, backen.

Reisfleisch

Schweinefleischwürfel mit Zwiebel anschwitzen, mit Paprika anstäuben, mit Brühe ablöschen und fast garen, Reis dazugeben und gemeinsam garen.

Hinweis: Reisfleisch kann auch aus Rind- oder Kalbfleisch hergestellt werden. Mitunter werden auch gedünstete Gemüsestreifen (z. B. von Gemüsepaprika) untergezogen.

Reisfleisch, japanisch

Siehe Tiri Gohan.

Reisgericht, mexikanisch

Hackfleisch auf Zwiebelwürfeln mit Tomatenmark oder Tomatenwürfeln anschwitzen, mit Brühe, Lorbeerblatt, Salz und Pfeffer ergänzen, schmoren. Zum Schluß körnig gekochten Reis untermengen, durchkochen, mit Rotwein vollenden.

Rindfleischauflauf, polnisch (Zapiekanka)

Rinderschmorfleisch in gulaschgroße Stücke schneiden, leicht klopfen sowie salzen und mehlieren. Von beiden Seiten knusprig anbraten und zuletzt im gleichen Fett Zwiebelscheiben goldgelb anschwitzen. In ein gefettetes Schmorgefäß eine Schicht rohe Kartoffelscheiben geben, diese mit angebratenen Rindfleischwürfeln bedecken, dann darauf angeschwitzte Zwiebelscheiben legen und in wechselnden Schichten mit Kartoffeln, Fleisch und Zwiebeln das Gefäß füllen. Zuletzt gekochte Trockenpilze mit dem Kochfond darübergießen, das Gefäß abdecken und etwa 45 Minuten in der Röhre backen. Einige Minuten vor dem Ende des Garens Sahne mit Salz und Pfeffer verquirlen, über den Auflauf gießen und noch etwas mitbacken lassen.

Beilage: Sauerkraut, Krautsalat, Rote-Bete-Salat oder anderer Frischkostsalat.

Schweine- und Kalbfleischtopf, pikant

Schweine- und Kalbfleischwürfel auf magerem Speck mit Zwiebel anschwitzen,

Möhren- und Selleriestreifen zugeben und mit etwas Brühe dünsten, Mehl anstäuben, Brühe und Kartoffelwürfel zugeben, gemeinsam garen. Mit Salz, Paprika und gehacktem Kümmel kräftig abschmecken.

Spanisch-Frikko

Siehe Kartoffel-Fleisch-Eintopf, pikant.

Tiri Goban (Japan)

Entbeinte und enthäutete Hühnerbrust in dünne Scheibchen schneiden. Trockenpilze (eigentlich kleine ganze japanische Trockenpilze, sog. shiitake) gardünsten und in dünne Streifen schneiden. Langkornreis gut waschen und abtropfen und mit Hühnerbrühe, süßer Sake (Reiswein) oder Sherry, Sojasoße aufkochen und dann langsam gardünsten. Wenn der Reis aufgekocht hat, werden die Hühnerfleischscheibchen zugefügt und mit gargedünstet, ebenso die Pilzstreifen. Das Reisfleisch wird in Schalen angerichtet und mit gehackter Petersilie bestreut.

Hinweis: Beim Garen des Reises rechnet man auf 800 g Reis 2 l Hühnerbrühe, 2 Eßlöffel Sake und 1 Eßlöffel Sojasoße.

Zapiekanka (VR Polen)

Siehe Rindfleischauflauf, polnisch.



4. *Eiergerichte*

4.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Eiergerichte

Eiergerichte bestehen aus einer Speisenkomponente auf Eierbasis und einer Sättigungs- sowie Gemüse- oder Salatbeilage. Es sind warm zu verzehrende Gerichte. Kalte Zubereitungen werden in der Gruppe 13. Kalte Speisen auf Eierbasis ausgewiesen. Häufig stellen Kombinationen von einer Eierspeisenkomponente und einer anderen Beilage (z. B. Toast) auch einen Imbiß dar; oder Eierspeisenkomponenten sind Bestandteil des Frühstücks (weiche Eier, Eier im Glas). Gebratene Eier werden häufig zur Komplettierung anderer Speisenkomponenten (z. B. Beefsteak mit Setzei) verwendet.
Eierspeisenkomponenten werden fast ausschließlich aus Hühnereiern hergestellt. Die *Verwendung von Enteneiern* ist im Gaststätten- und Hotelwesen sowie in der Gemeinschaftsverpflegung *verboten.* Andere Eier, wie Möweneier, Wachteleier u. a., werden nur in ganz geringem Maße verarbeitet.
Eierspeisenkomponenten lassen sich in großer Vielzahl herstellen. Die Hauptverfahren zum Garen der Eier sind *Braten in der Pfanne, Kochen* oder *Garziehen.* Nach den Garverfahren und der damit gekoppelten anderen Zubereitung unterscheidet man für Eierspeisenkomponenten folgende Gruppen:

gekochte Eier,
verlorene (pochierte) Eier,
gebratene Eier,
Eier im Näpfchen und gestürzte Eier,
gebackene Eier,
Omeletts,
Eierkuchen,
Komponenten aus Möwen- oder Wachteleiern.

Aus ihrer Kombination mit anderen Speisenkomponenten ergibt sich, ob ein Gericht oder eine Zwischenmahlzeit im Sinne eines Imbisses entsteht.
Eierspeisenkomponenten sind bis auf hartgekochte Eier leicht verdaulich. Sie eignen sich gut für Schonkost, für Kindergerichte, für Kraftfahrerkost, da sie, wenn entsprechende Beilagen gewählt werden, den Magen wenig belasten. Die Vielfalt ihrer Zubereitung und Kombination ergibt außerordentlich vielseitige und abwechslungsreiche Möglichkeiten für das Speisenangebot. Auch ihr Nährwert bzw. *Sättigungswert* läßt sich durch die mannigfaltigen Zubereitungsarten und Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Speisenkom-

ponenten sehr unterschiedlich gestalten. Einige Beispiele für den Energiegehalt in kJ (kcal)[1]:

ein gekochtes Ei	310 kJ (74 kcal)
Spiegeleier (von 2 Eiern), naturell	1090 kJ (260 kcal)
Spiegeleier mit Schinken	1550 kJ (370 kcal)
Rührei mit Tomaten	1300 kJ (310 kcal)
Eierkuchen mit Kopfsalat	2150 kJ (515 kcal)
Strammer Max	2260 kJ (540 kcal)
2 Rühreier mit Bratkartoffeln und Salat	3000 kJ (740 kcal)
Bauernfrühstück mit Salat	3300 kJ (790 kcal)

4.2. Gekochte Eier

Die *Grundzubereitung* für gekochte Eier besteht darin, Eier in der Schale (falls verschmutzt, waschen) in kochendes Wasser zu geben und einige Minuten zu kochen. Die Garzeit rechnet vom Beginn des Kochens nach dem Einlegen der Eier in das Wasser (Garmedium) und ist unterschiedlich entsprechend dem angestrebten Garegrad der Eier. Dabei wird angestrebt, durch die Hitzeeinwirkung entweder sowohl Eiklar und Eigelb stocken (festwerden) oder nur das Eiklar stocken und das Eigelb halbflüssig zu lassen. Entsprechend der unterschiedlichen Zeit der Hitzeeinwirkung (Garzeit) wird bei der Zubereitung gekochter Eier unterschieden zwischen
weichen Eiern (3 bis 4 Minuten Garzeit),
wachsweichen Eiern (5 bis 6 Minuten Garzeit),
harten Eiern (8 bis 9 Minuten Garzeit).
Die Toleranzen ergeben sich aus der unterschiedlichen Größe der Eier entsprechend den Handelsklassen. Die erste Zeit bezieht sich auf Eier der Handelsklasse BB und kleiner, die zweite Zeit auf Eier der Handelsklasse AA und größer.
Weiche und wachsweiche Eier werden fast ausnahmslos warm verzehrt. Harte Eier dagegen werden vor allem in der Kalten Küche zu kalten Speisen auf Eierbasis oder verschiedenartigen Garnierungen verarbeitet.
Alle Arten von gekochten Eiern werden nach dem Garen unter kaltem Wasser abgeschreckt, dadurch lassen sie sich leichter schälen.

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



Beispiele für weiche Eier

Weiches Ei für das Frühstück (Grundzubereitung)

Ei je nach Größe 3 bis 4 Minuten kochen, abschrecken, im Eierbecher anrichten. Werden weiche Eier für das Frühstücksbüfett bereitgestellt, so sind sie in sog. Eierwärmern aufzubewahren, um sie in der gewünschten Verzehrtemperatur zu halten.

Eier im Glas

Eier je nach Größe 3 bis 4 Minuten kochen, abschrecken, vorsichtig schälen, in einem breiten, angewärmten Glas anrichten. Man rechnet zwei Eier je Portion. Eier im Glas werden meist mit Zugabe von wenig frischer Butter verzehrt, sie können aber auch mit Tomatenketchup, Sardellenbutter oder Senf gegessen werden.

Beispiele für wachsweiche Eier

Wachsweiche Eier (Grundzubereitung)

Eier je nach Größe 5 bis 6 Minuten kochen, abschrecken, schälen. Danach in einer pikanten Tunke anrichten oder in einem mit Ragout oder Haschee gefüllten Tortelett anrichten.
Wachsweiche Eier werden im Speisenangebot meist in der Kurzform als weiche Eier bezeichnet.

Curryeier

Weiche Eier auf körnig gekochtem Reis anrichten, mit Currysoße überziehen.

Beilage: junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Frischkostsalat.

Weiche Eier auf feinem Fischragout

2 weiche geschälte Eier auf einem dick gehaltenen Fischragout anrichten, mit heller Fischsoße überziehen, mit roten oder grünen Gemüsepaprikastreifen garnieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Schwenkkartoffeln, Reis, gemischtes Gemüse, grüne Bohnen, Blumenkohl, Frischkostsalat.

Weiche Eier auf feinem Schinkenragout

Geschälte weiche Eier auf einem braunen Ragout von Kochschinken und Champignons anrichten. Mit gehackten, marinierten Gemüsepaprikas bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Reis, Toast.

Weiche Eier auf Fleischhaschee

Geschälte weiche Eier auf einem Rindfleischragout anrichten, mit Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Pommes frites, Reis, junge Erbsen, Mischgemüse, Blumenkohl, Frischkostsalat.

Weiche Eier auf Geflügelleber

Weiche Eier auf einem Ragout von Geflügelleber mit Champignons anrichten, mit Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Kartoffelkroketten, Reis, Mischgemüse, Blumenkohl, Spargel, gegrillte Tomaten, Frischkostsalat.

Weiche Eier auf Makkaroni

Weiche Eier in feuerfestem Geschirr auf mit Tomatenwürfeln vermengten Makkaroni anrichten, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Beilage: Kopfsalat oder anderer Frischkostsalat.

Weiche Eier auf Spargel

Weiche Eier auf Brechspargel (mit heller Soße gebunden) anrichten, mit hollän-

discher Soße überziehen und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis.

Weiche Eier auf Spinat

Weiche Eier auf festgehaltenem Spinat anrichten, leicht mit holländischer Soße überziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Röstkartoffeln, Reis.

Weiche Eier auf Tomaten

Weiche Eier auf gedünsteten Tomatenwürfeln anrichten, mit einer paprizierten Tomatensoße überziehen.

Beilage: Reis, Makkaroni, Kartoffelbrei, Pommes frites, Kopfsalat oder anderer Frischkostsalat.

Weiche Eier in Sardellensoße

Weiche Eier in einer hellen, mit Sardellenpaste und Zitronensaft abgeschmeckten Soße anrichten.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Pilzreis oder andere Reiszubereitung, Lauchgemüse, Möhrengemüse, Frischkostsalat.

Weiche Eier mit Nierenscheiben

Weiche Eier auf körnig gekochtem Reis anrichten, mit saftig gebratenen Nierenscheiben umlegen, mit Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Blumenkohl, junge Erbsen, gedünsteter Chicorée, Spargel, Spinat, Frischkostsalat.

Weiches Ei, gebacken

Geschältes weiches Ei in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kremchampignons, Blumenkohl.

Weitere Kombinationen für weiche Eier können auch nach Rezepten für verlorene Eier zusammengestellt werden (Abschnitt 4.3.).

Beispiele für hartgekochte Eier

Harte (hartgekochte) Eier (Grundzubereitung)

Eier 8 bis 9 Minuten kochen, abschrecken, schälen und warm oder kalt weiterverarbeiten.
Kalte Zubereitung siehe unter 1.2.5. Kalte Vorspeisen auf Eierbasis oder 13. Kalte Speisen auf Eierbasis.
Bei warmen Zubereitungen werden die harten Eier meist in Scheiben geschnitten und mit einer pikanten Soße vermengt, gebacken oder überbacken.

Eierauflauf

Scheiben von hartgekochten Eiern mit Scheiben von gekochten Kartoffeln und angeschwitzten Zwiebelscheiben schichtweise in feuerfestes Geschirr geben, mit Béchamelsoße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken.

Beilage: Gemüsepaprikasalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Eier auf Lauch

Halbierte hartgekochte Eier auf Lauchgemüse anrichten, mit holländischer Soße überziehen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Schwenkkartoffeln, Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Reis.

Eiercurry, überbacken

Halbierte hartgekochte Eier auf Geflügelragout anrichten, mit Currysoße (mit Apfelraspeln) überziehen, überbacken.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Reis, junge Erbsen, Blumenkohl, Frischkostsalat.



Eierfrikassee

Geviertelte oder in Scheiben geschnittene hartgekochte Eier mit heller Soße, die mit Petersilie und Zitronensaft sowie Pfeffer abgeschmeckt ist, vermengen. Als Einlage können kleine Geflügelklößchen verwendet werden.

Beilage: Tomatenreis oder eine andere Reiszubereitung, Kartoffelbrei, junge Erbsen, Mischgemüse, Blumenkohl, Frischkostsalat.

Eier in Hering, überbacken

Scheiben von hartgekochten Eiern, gekochten Kartoffeln und Streifen von gewässertem Salzhering schichtweise in feuerfestes Geschirr geben, mit saurer Sahne (mit Joghurt verrührt) auffüllen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken.

Beilage: Kopfsalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Eier in Zwiebelsoße

Scheiben von hartgekochten Eiern anrichten, mit weißer Zwiebelsoße überziehen, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Krautsalat, rote Bete.

Eierkroketten

Hartgekochte Eier würfeln, mit gedünsteten Champignons und Béchamelsoße vermengen, erkalten lassen, Kroketten formen, mit zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten, Tomatensoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Schinkenreis, Curryreis, Pommes frites, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Eier mit Tomate, überbacken

Scheiben von hartgekochten Eiern mit gedünsteten Tomatenwürfeln bedecken, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Beilage: Kartoffelbrei, Reis, Butternudeln, Kopfsalat oder anderer Frischkostsalat.

Eierpaprikasch

Scheiben von hartgekochten Eiern mit einer Paprikasoße mit Streifen von gedünsteten Gemüsepaprikas und saurer Sahne vermengen, aufkochen.

Beilage: Makkaroni, Reis, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Krautsalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Gefüllte Eier, gebacken

Hartgekochte Eier halbiert mit einer Farce aus Eigelb und Leberkrem (Import Ungarische VR) füllen, zusammensetzen, mit Mehl, zerrührten Eiern und Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, paprizierte Tomatensoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Reis, Blumenkohl, junge Erbsen, Frischkostsalat.

4.3. Verlorene (pochierte) Eier

Verlorene Eier werden hergestellt, indem man frische Eier auf einem Teller aufschlägt, in siedende Flüssigkeit (meist Wasser) gibt und in diesem Medium garziehen läßt. Sie werden zu warmen Gerichten weiterverarbeitet oder dienen als Garnierung, sind sehr schonend gegart und leicht verdaulich. Mit entsprechenden Beilagen sind sie sehr gut für Schonkost geeignet.

Senfeier

Verlorene Eier anrichten, mit einer kräftigen Senfsoße überziehen. Kann auch mit einer anderen pikanten Soße (Tomatensoße, Specksoße) zubereitet werden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Krautsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Verlorene Eier auf Blattspinat

Zwei verlorene Eier auf gedünstetem Blattspinat anrichten, mit kräftiger Sahnensoße überziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Reis.

Verlorene Eier auf Blumenkohl

Zwei verlorene Eier auf Blumenkohlröschen anrichten (es kann auch Blumenkohlpüree verwendet werden), mit Blumenkohlsoße überziehen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen.

Verlorene Eier auf Champignons

Zwei verlorene Eier auf Kremchampignons anrichten, mit holländischer Soße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Risi-Pisi oder eine andere Reiszubereitung, Kopfsalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Verlorene Eier auf Letscho

Zwei verlorene Eier auf heißem Letscho (Gemüsepaprika vorher klein schneiden) anrichten, mit Tomatensoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Spirelli, Teighörnchen, Reis.

Verlorene Eier auf Tomatenrisotto, überbacken

Zwei verlorene Eier auf mit gedünsteten Tomatenwürfeln vermengtem Risotto anrichten, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Beilage: Tomatensalat, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Verlorene Eier auf Tomatenspirelli

Zwei verlorene Eier auf mit gedünsteten Tomatenwürfeln vermengtem Spirelli anrichten, mit Tomatensoße überziehen.

Beilage: Tomatensalat, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Verlorene Eier auf Zungenragout

Zwei verlorene Eier auf einem braunen Zungenragout anrichten, mit Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbällchen, Reis, Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, Frischkostsalat.

Verlorene Eier, gebacken

Verlorene Eier durch dicke Schinkensoße (Villeroisoße) ziehen, mit Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, Tomatensoße extra.

Beilage: Kartoffelbällchen, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Frischkostsalat.

Verlorene Eier im Kartoffelrand

Zwei verlorene Eier auf Mischgemüse in einem Rand aus Kartoffelbrei anrichten, mit einer tomatisierten braunen Soße überziehen.

Verlorene Eier im Reisrand

Zwei verlorene Eier auf gedünsteten Tomatenwürfeln in einem Rand aus körnig



gekochtem Reis anrichten, mit paprizierter Tomatensoße überziehen.

Beilage: Kopfsalat, gemischter Salat, Gurkensalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Verlorene Eier in Rotwein

Zwei verlorene Eier mit Fleischklößchen (mit dem Teelöffel abgestochen) anrichten, mit Rotweinsoße überziehen.

Verlorene Eier in Senfsoße

Siehe Senfeier.

Verlorene Eier in Specksoße

Siehe Senfeier.

Verlorene Eier in Tomatensoße

Siehe Senfeier.

Verlorene Eier mit Fischklößchen

Verlorene Eier mit Fischklößchen (mit dem Teelöffel abgestochen) anrichten, mit einer hellen Fischsoße überziehen, mit gehacktem Dill bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Spinat, Mischgemüse, Möhrengemüse, junge Erbsen.

Verlorene Eier mit Geflügelleber

Zwei verlorene Eier auf Geflügelleber in Rotwein anrichten. mit Rotweinsoße überziehen, mit gedünsteten Champignonscheiben bestreuen.

Beilage: Toast, Kartoffelbrei, Reis, Reiskroketten, Tomatenspaghetti, Blumenkohl, junge Erben, Frischkostsalat.

Verlorene Eier mit Krabben (oder Garnelen)

Zwei verlorene Eier auf Krabbenschwänzen anrichten, mit heller Fischsoße überziehen mit angeschwitzten Tomatenwürfeln bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Reis, Kopfsalat, gemischter Salat oder ein anderer Frischkostsalat.

Verlorene Eier mit Mischgemüse

Verlorene Eier auf Mischgemüse anrichten, mit holländischer Soße überziehen, mit Spargel oder Blumenkohlröschen garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen.

4.4. Gebratene Eier

Für gebratene Eier sind zwei *Grundzubereitungen* üblich: als Rührei oder als Spiegelei bzw. Setzei. Die Bezeichnungen Spiegel- oder Setzei werden heute meist synonym verwendet. In der klassischen Küche bestand der Unterschied darin, daß *Setzeier*, in der Pfanne nur auf dem Herd gebraten wurden, während *Spiegeleier* in der Pfanne auf dem Herd angebraten und danach in der Röhre mit Einwirkung von Oberhitze gegart wurden.

Gebratene Eier lassen sich rasch zubereiten. Durch ihre vielfältigen Zubereitungs- und Kombinationsmöglichkeiten eignen sie sich als Gerichte für alle Hauptmahlzeiten (Frühstück, Mittagessen, Abendessen) oder als Speisenkomponenten für Zwischenmahlzeiten

in Form eines Imbisses. Die als *Beilagen* einzusetzenden Speisenkomponenten richten sich nach der Grundzubereitung und nach der Mahlzeit.
Die *Zubereitung* von Rühr- oder Spiegeleiern erfolgt in speziellen Eierpfannen, die nur dafür benutzt werden. Sie kann auch in feuerfestem Glas oder Porzellan, das zugleich als Anrichtegeschirr (Servicegeschirr) dient, erfolgen. Für Schonkost oder Diät werden Rühreier auch ohne Fettzugabe im Wasserbad hergestellt.
Bei Rühreiern rechnet man zwei bis drei Eier je Portion, bei Spiegeleiern zwei Eier.

Beispiele für Rühreier

Champignonrührei

Champignonscheiben anschwitzen, gehackte Petersilie unterziehen, Rühreimasse darüber geben, die Masse bei ständigem Rühren stocken lassen.

Beilage: Toast, Brot, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Frischkostsalat.

Knoblauchwursttortilla (Tortilla con Chorizo)

Knoblauchwurstscheiben in Öl anbraten, eine Masse aus zerquirltem Ei, mit Wasser, Salz und Paprika verrührt, dazu geben, stocken lassen. Portionsstücke abstechen, wenden und auch von der zweiten Seite anziehen lassen.

Beilage: Weißbrot, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kräuterrührei

Siehe Rührei mit Kräutern.

Piperade Basquaise (Spanien)

Siehe Tomaten-Paprika-Rührei.

Rühreier, naturell I (Grundzubereitung)

Eier getrennt aufschlagen, einwandfreien Zustand überprüfen, zusammenschütten, mit Salz und evtl. etwas Muskat würzen, mit dem Schneebesen verrühren, in eine Eierpfanne mit erhitzter Butter (darf keine Farbe nehmen) geben, mit dem Holzlöffel während des Bratens laufend vom Pfannenboden abrühren, bis die Eimasse gestockt ist.

Rühreier, naturell II (Grundzubereitung)

Eier aufschlagen, mit Salz und evtl. etwas Muskat würzen, je Ei einen Löffel Kondensmilch oder Milch zugeben, mit dem Schneebesen verrühren, in eine Eierpfanne mit erhitzter Butter geben (darf keine Farbe nehmen), mit dem Holzlöffel während des Bratens laufend vom Pfannenboden abrühren, bis die Masse gestockt ist. (Diese Variante ist besonders für Rühreier geeignet, die auf Vorrat hergestellt werden. Durch die Milchzugabe werden sie nicht zu fest.)

Rührei, gestreckt

Masse aus Eiern, Mehl und Milch zubereiten, mit Salz abschmecken, Zubereiten wie Rührei naturell oder eine andere Variante. Folgendes Verhältnis ist möglich: 1 Ei, 5 g Mehl, 0,025 l Milch.

Hinweis: Ein gestrecktes Rührei sollte eindeutig im Angebot gekennzeichnet werden.

Rührei mit Bückling

Zerpflückten und entgräteten Bückling leicht anbraten, Rühreimasse darübergeben, als Rührei zubereiten.

Beilage: Bratkartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Mischgemüse, Kopfsalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Rührei mit Champignons

Siehe Champignonrührei.



Rührei mit Geflügelleber

Rührei naturell zubereiten, anrichten, mit saftig gebratener Geflügelleber belegen. Soße extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Frischkostsalat, junge Erbsen, Blumenkohl, Spargel.

Rührei mit Käse

Rühreimasse mit Reibekäse vermengen, in erhitzter Eierpfanne langsam stocken lassen, anrichten, mit Schnittlauch bestreuen, Tomatensoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Reis, Petersiliekartoffeln, Blumenkohl, junge Erbsen, Mischgemüse, Spinat.

Rührei mit Kräutern

Feingehackte Kräuter unter Rühreimasse mengen, Eimasse in Eierpfanne stocken lassen, anrichten.

Beilage: Toast, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Schinkenreis, Kopfsalat, Tomatensalat oder anderer Frischkostsalat.

Rührei mit Nierenscheiben

Naturelles Rührei mit saftig gebratenen Nierenscheiben belegen, mit gedünsteten Tomatenwürfeln bestreuen, Rotweinsoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Pommes frites, Blumenkohl, Spargel, Spinat, Frischkostsalat

Rührei mit Räucherfisch

Siehe Rührei mit Bückling.

Rührei mit Sardelle

Siehe Sardellenrührei.

Rührei mit weißem Schafsmilchkäse (VR Bulgarien)

Unter Rühreimasse zerkrümelten, weißen Schafskäse mengen, in Eierpfanne Masse langsam stocken lassen, anrichten, mit Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: Weißbrot, gemischter Salat, Schopskasalat.

Rührei mit Schinken

Würfel von gekochtem Schinken anschwitzen, Rühreimasse darüber geben, unter ständigem Rühren langsam stocken lassen.

Beilage: Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Toast, Kopfsalat, gemischter Salat, Chicoréesalat.

Rührei mit Schnittkäse

Rühreimasse langsam in der Eierpfanne stocken lassen, in die Mitte darauf Scheibe Schnittkäse geben, Eimasse um die Käsescheibe andrücken, wenn Käsescheibe schmilzt, anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Graubrot, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Spinat, Kopfsalat, Tomatensalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Rührei mit Semmelwürfeln

Unter Rühreimasse in Fett angebratene Semmelwürfel ziehen, in heißer Eierpfanne langsam stocken lassen, anrichten, mit Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Spinat, Kopfsalat, Chicoréesalat, Tomatensalat.

Rührei mit Spargel I

Rührei naturell herstellen, mit gedünstetem Spargel belegen, leicht mit holländischer Soße überziehen, mit Petersilie bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Pommes frites, Kartoffelplätzchen, Risi-Pisi.

Rührei mit Spargel II

Gegarte Spargelstücke in Butter anschwenken, mit Schnittlauch bestreuen, Rühreimasse darübergeben, stocken lassen.

Beilage: Kartoffelbrei, Pommes frites, Kartoffelplätzchen, Risi-Pisi oder eine andere Reiszubereitung.

Rührei mit Speck

Würfel von magerem Speck anbraten, Rühreimasse darübergeben, unter ständigem Rühren langsam stocken lassen, anrichten, mit Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Brot, Kopfsalat, Tomatensalat oder anderer Frischkostsalat.

Rührei mit Tomate und Speck

Tomatenwürfel mit Würfeln von magerem Speck und angeschwitzten Zwiebelscheiben anschwenken, Rühreimasse darübergeben, unter ständigem Rühren langsam stocken lassen, mit Schnittlauch bestreuen, mit Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: Graubrot, Risotto, Schinkenreis, Risi-Pisi.

Rührei mit Tomatenwürfeln

Rührei naturell mit gedünsteten Tomatenwürfeln belegen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Graubrot, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Pommes frites, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Rührei mit Weinbergschnecken, Speck und Nüssen

Gegarte, grob geschnittene Weinbergschnecken (Konserve) mit Speckwürfeln anschwitzen, Rühreimasse darübergeben und mit gehackter Petersilie Rührei bereiten.
Leicht mit Knoblauchpulver bestäuben, mit gehackten Nüssen bestreuen, Rotweinsoße extra.

Beilage: Graubrot, Pommes frites, Würfelkartoffeln, Reisplätzchen, Mandelkroketten, Kartoffelbällchen, Chicoréesalat, Paprikasalat, Artischockensalat, Chinakohl in Joghurt.

Rührei mit Würstchen

Cocktailwürstchen oder Würstchenscheiben anbraten, Rühreimasse darübergeben, unter ständigem Rühren stocken lassen.

Beilage: Bratkartoffeln, Macairekartoffeln, Pommes frites, Brot, gemischter Salat, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, Bohnensalat.

Sardellenrührei

Gehackte Sardellenfilets oder Sardellenpaste unter ungesalzene Rühreimasse mit gehackter Petersilie geben, in Eierpfanne unter ständigem Rühren langsam stocken lassen.

Beilage: Grau- oder Weißbrot, Kartoffelbrei, Speckbratkartoffeln, junge Erbsen, Mischgemüse, gedünsteter Chicorée, Frischkostsalat.

Schinkenrührei

Siehe Rührei mit Schinken.

Speckrührei

Siehe Rührei mit Speck.

Tomaten-Paprika-Rührei (Piperade Basquaise)

Feine Zwiebelwürfel in Öl glasig anschwitzen, dazu Streifen von Gemüsepaprika und Würfel von abgezogenen und entkernten Tomaten geben, salzen,



pfeffern und mit zerquetschtem Knoblauch oder Knoblauchpulver würzen. Zusammen solange schmoren, bis der größte Teil der Flüssigkeit verdampft ist. Streifen von rohem Schinken in Butter anschwitzen und die Butter auf das Tomaten-Paprika-Gemüse gießen. Verquirlte Eier darunterrühren, die Schinkenstreifen darübergeben und alles bei kleiner Hitze stocken lassen. Beim Anrichten mit gehackter Petersilie reichlich bestreuen.

Beilage: Weißbrot, Risotto, Kartoffelbrei.

Tortilla con Chorizo (Spanien)

Siehe Knoblauchwursttortilla.

Beispiele für Spiegeleier

Eier mit Zwiebel und saurer Sahne

Zwiebelwürfel anschwitzen, mit edelsüßem Paprika anstäuben, Eier darauf gleiten lassen, langsam braten, mit saurer Sahne angießen, anrichten, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Reis, Kopfsalat, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Ham and eggs (Großbritannien)

Siehe Schinkeneier.

Schinkeneier (Ham and eggs)

Scheiben von rohem Schinken in Eierpfanne leicht anbraten, Eier darübergeben, langsam braten, in der Röhre garen.

Beilage: Toast, Graubrot und Butter, Kopfsalat, gegrillte Tomaten, Tomatensalat, gemischter Salat.

Setzeier

Siehe Spiegeleier, naturell.

Spiegeleier, naturell

Frische Eier, ohne das Eigelb zu verletzen, nacheinander auf eine Untertasse oder eine Schale aufschlagen, in die erhitzte Pfanne gleiten lassen und gleichmäßig bei mittlerer Hitze braten. Die Ränder des Eies dürfen keine Farbe nehmen.
Für das Salzen sind zwei Methoden üblich:
1. Das Bratfett salzen und danach die Eier nicht mehr salzen.
2. Das Bratfett nicht salzen, die Eier während des Bratens salzen, indem das Salz vorsichtig nur auf das Eiklar gestreut wird, da es auf dem Eigelb Flecke hervorruft.
Spiegeleier werden auch als Setzeier bezeichnet.

Spiegeleier auf Blattspinat

Spiegeleier naturell auf gedünstetem Blattspinat anrichten.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis.

Spiegeleier auf Paprika

Auf angebratenen Speckwürfeln Gemüsepaprikastreifen und Tomatenwürfel oder Tomatenmark dünsten, anrichten, naturell zubereitete Spiegeleier darübergeben.

Beilage: Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Reis, Pommes frites.

Spiegeleier auf Sauerkraut mit Wurst

Scheiben von Knoblauchwurst oder Knacker anbraten, Eier daraufgleiten lassen, langsam braten, ohne Farbe nehmen zu lassen. Auf Weinsauerkraut anrichten.

Beilage: Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Schwenkkartoffeln.

Spiegeleier auf Schinken

Würfel von gekochtem Schinken anschwitzen, Eier daraufgeben, langsam braten.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Spiegeleier auf Speck

Zubereitung wie Spiegeleier auf Schinken, anstelle Schinken Speckwürfel verwenden.

Spiegeleier mit Champignons, überbacken

Spiegeleier naturell mit gedünsteten Champignonscheiben belegen, mit holländischer Soße überziehen, mit Käse bestreuen, überbacken. Mit Tomatensoße anrichten.

Beilage: Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Reis, Pommes frites, Kopfsalat, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Spiegeleier mit Geflügelleber

Naturell zubereitete Spiegeleier auf Geflügelleber in Rotwein anrichten.
Beilage: Kartoffelbrei, Pommes frites, Reis, Kopfsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat, Champignons.

Spiegeleier mit Kapern

Spiegeleier naturell zubereiten, anrichten, im Bratfett Kapern mit Essig und Pfeffer anschwenken, über die Spiegeleier geben.

Beilage: Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Krautsalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Spiegeleier mit Käse, überbacken

Spiegeleier naturell reichlich mit gedünsteten Tomatenwürfeln belegen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelsalat, Schwenkkartoffeln, Brot, Kopfsalat, gemischter Salat.

Spiegeleier mit Pilzen

Dünne Pilzscheiben mit Zwiebelwürfeln anschwitzen, Eier daraufgleiten lassen, langsam garen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Reis, Pommes frites, Salzkartoffeln, Kopfsalat oder gemischter Salat.

Spiegeleier mit Spargel und Erbsen

Naturell zubereitete Spiegeleier mit brauner Butter anrichten, mit jungen Erbsen und Spargel kombinieren, Spargel leicht mit holländischer Soße überziehen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbällchen.

Spiegeleier mit Speck und Tomate

Spiegeleier naturell zubereiten, mit Scheiben von angebratenem, magerem Speck garnieren und mit gedünsteten Tomatenwürfeln belegen. (Anstelle gedünsteter Tomatenwürfel kann auch eine gegrillte Tomate gegeben werden.)

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Graubrot, Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Spiegeleier mit Spinat

Spiegeleier naturell auf püriertem Spinat (mit magerem Speck und Zwiebelwürfeln zubereitet) anrichten.

Beilage: Salzkartoffeln, Bratkartoffeln.

Spiegeleier mit Würstchen

Cocktailwürstchen oder etwa 3 cm lange Stücke von Würstchen anbraten, Eier darüberschlagen, langsam braten. Tomatensoße oder Rotweinsoße extra.



Beilage: Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelsalat, Reis, Kopfsalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Strammer Max

Graubrotscheibe mit Würfeln von Kochschinken belegen, ein Spiegelei daraufgeben, mit Scheiben von Delikateßgurken garnieren.

Beilage: Krausalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Tomateneier

Tomatenwürfel mit Zwiebelwürfeln anschwitzen, Eier daraufschlagen, langsam braten.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Brot, Kopfsalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Tomatenrührei

Siehe Rührei mit Tomatenwürfeln.

4.5. Eier im Näpfchen und gestürzte Eier

Eier im Näpfchen und gestürzte Eier sind im Wasserbad oder in Dampf gargezogene Eier. Die *Grundzubereitung* besteht darin, in ein feuerfestes, gefettetes Förmchen, dessen Boden mit einer pikanten Soße oder einem Ragout bedeckt ist, ein rohes Ei zu schlagen und anschließend im Wasserbad zu garen. Wird das Ei im Näpfchen serviert, lautet die Bezeichnung *Ei im Näpfchen,* wird es jedoch gestürzt (aus dem Näpfchen entfernt), heißt es *gestürztes Ei.* Die Temperatur des wärmeübertragenden Mediums Wasser im Wasserbad soll bei 90 °C liegen, die Garzeit beträgt etwa 5 Minuten. Die Näpfchen müssen bereits vor der Füllung erhitzt werden; die Füllung darf nur etwa 3/4 der Höhe des Näpfchens ausmachen. Die Näpfchen können aus Steingut, Porzellan oder Glas sein.
Eier im Näpfchen werden auch als *Eier im Kasseröllchen, Eier im Förmchen* oder *Eier im Kokott* bezeichnet.
Gestürzte Eier werden auch als *geformte Eier* bezeichnet.
Eier im Näpfchen und gestürzte Eier sind in erster Linie als Imbiß oder als warme Vorspeise geeignet, sie sind demnach vorrangig als Zwischenmahlzeit zu empfehlen.

Beispiele für Eier im Näpfchen

Ei im Näpfchen auf Fischragout

Ei in ein gefettetes Näpfchen schlagen, dessen Boden mit pikantem Fischragout bedeckt ist, im Wasserbad garen, mit Champignonsoße überziehen.

Beilage: Toast, Brötchen, Graubrot, Frischkost.

Ei im Näpfchen auf Krabben (oder Garnelen)

Ei in gefettetes Förmchen schlagen, dessen Boden mit Krabbenragout bedeckt ist, im Wasserbad garziehen, mit einer hellen Fischsoße oder Dillsoße überziehen.

Beilage: Toast, Graubrot, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Ei im Näpfchen auf feinem Ragout

Ei in gefettetes Näpfchen schlagen, dessen Boden mit einem feinen Ragout von Kalbfleisch oder Geflügel bedeckt ist, im Wasserbad garziehen, mit holländischer Soße überziehen.

Beilage: Toast, Brötchen, gemischter Salat, Blumenkohlsalat, Champignonsalat.

Ei im Näpfchen auf Räucherfisch

Ei in gefettetes Näpfchen schlagen, dessen Boden mit zerpflücktem, entgrätetem Räucherfisch und Tomatenketchup bedeckt ist, garziehen. (Es kann auch Räucherfisch in Tomate aus der Konserve verwendet werden.)

Beilage: Graubrot, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Ei im Näpfchen auf Rotwein

Ei in ein gefettetes Näpfchen schlagen, dessen Boden mit einer Rotweinsoße oder Marksoße bedeckt ist, im Wasserbad garen.

Beilage: Toast, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, Champignonsalat.

Ei im Näpfchen auf Spinat

Ei in gefettetes Näpfchen schlagen, dessen Boden mit püriertem, mit Speck und Zwiebel zubereitetem Spinat bedeckt ist, im Wasserbad garziehen.

Beilage: Toast von Weißbrot oder Graubrot, Brötchen.

Ei im Näpfchen mit Rindermark

Ei in gefettetes Näpfchen schlagen, dessen Boden mit Rindermarkscheiben ausgelegt ist, im Wasserbad garziehen, mit Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Toast, Risi-Pisi, Frischkost.

Ei im Näpfchen mit Sahne

Ei in gefettetes Näpfchen schlagen, dessen Boden mit heißer, mit Muskat und Salz abgeschmeckter Sahne bedeckt ist, im Wasserbad garziehen.

Beilage: Toast, Brötchen, Frischkostsalat.

Ei im Näpfchen mit Tomatenfisch

Ei in ein gefettetes Näpfchen schlagen, dessen Boden mit zerkleinertem Fisch in Tomate bedeckt ist (Konserve), im Wasserbad garziehen, mit paprizierter Tomatensoße überziehen.

Beilage: Graubrot, Toast, Brötchen, Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Beispiele für gestürzte Eier

Gestürzte Eier auf Leberkrem

Gefettetes Förmchen dick mit Leberkrem (Import Ungarische VR) ausstreichen, zerrührtes Ei (wie Rührei) darüber geben, im Wasserbad garziehen, ruhen lassen, stürzen, mit Rotweinsoße soßieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Reis, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Gestürzte Eier auf Pökelzunge

Gefettetes Förmchen dick mit Streifen von gekochter Pökelzunge und gedünsteten Champignonscheiben auslegen, zerrührtes Ei darübergeben, im Wasserbad garziehen, ruhen lassen, stürzen, mit Marksoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Reis, Kopfsalat, junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse.

Gestürzte Eier mit Champignons

Gefettetes Förmchen zur Hälfte mit gedünsteten Champignonscheiben füllen, Ei daraufschlagen, im Wasserbad garziehen, kurz ruhen lassen, stürzen, mit Béarner Soße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Tomatenreis, Kopfsalat, gemischter Salat.



Gestürzte Eier mit Käse

Rühreimasse mit Reibekäse vermengen, in gefettetes Förmchen füllen, im Wasserbad garziehen, kurz ruhen lassen, stürzen, mit Tomatensoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Risi-Pisi, Tomatenspaghetti, Kopfsalat, gemischter Salat, Tomatensalat.

Schinkeneier, gestürzt

Schinkenwürfel mit Reibekäse vermengen, in gefettetes Förmchen geben, zerrührtes Ei daraufgeben, im Wasserbad garziehen, kurz ruhen lassen, stürzen, mit Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Bratkartoffeln, Reis, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

4.6. Gebackene Eier

Gebackene Eier werden nach zwei *Grundzubereitungen* hergestellt. Entweder werden sie *in Fett gebacken* oder *im Ofen gebacken* (z. B. in ausgehöhlten Tomaten). Die erste Zubereitungsart wird vor allem dann angewendet, wenn die gebackenen Eier als Garnierung für andere Speisenkomponenten verwendet werden sollen. Sie können roh aufgeschlagen in Fett gebacken oder als panierte Eier in das Fett gegeben werden.
Werden gebackene Eier als Gericht mit anderen Speisenkomponenten kombiniert, rechnet man zwei bis drei Eier je Portion.

Gebackene Eier I (Grundzubereitung)

Ei wie für Spiegelei auf eine Untertasse aufschlagen, in heißes Fettbad gleiten lassen, mit der Palette Eiklar um Eigelb schlagen, damit glatte Oberfläche entsteht, wenn auf beiden Seiten leicht gebräunt, aus dem Fett nehmen (Eigelb muß noch weich wie bei Spiegelei sein). Auf sauberem Tuch abtropfen, salzen, anrichten.

Gebackene Eier II (Grundzubereitung)

Verlorene Eier (siehe dort) mit Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, auf sauberem Tuch abtropfen lassen, salzen, anrichten.

Gebackene Eier III (Grundzubereitung)

Geschälte wachsweiche Eier (siehe dort) mit Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, auf sauberem Tuch abtropfen, salzen, anrichten.

Eier in Tomate

Tomaten aufschneiden, aushöhlen, ein Ei hineinschlagen, salzen, pfeffern, auf gefettetem Blech im Ofen backen.

Beilage: Toast, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Kopfsalat.

Gebackene Eier auf Eierfrüchten (Auberginen)

Gebackene Eier auf erhitzten Eierfrüchten (Auberginen) in Öl (Konserve, Import SR Rumänien) anrichten, Tomatensoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Pommes frites, Reis.

Gebackene Eier auf Erbsen und Speck

Gebackene Eier auf gedünsteten jungen Erbsen anrichten, mit gegrillten Scheiben von magerem Speck und gegrillter Tomate garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Pommes frites, Salzkartoffeln.

Gebackene Eier auf Wildhaschee

Gebackene Eier auf einem Wildhaschee anrichten, mit geschmorten Pilzen garnieren, Rotweinsoße ertra.
Beilage: Kartoffelkroketten, Würfelkartoffeln, Schwenkkartoffeln, Pommes frites, Reis.

Gebackene Eier mit Käse

Schnittkäse in gefettete Form geben, Ei daraufschlagen, mit Salz, Pfeffer, Reibekäse und gehackter Petersilie bestreuen, Butterflocken daraufgeben, backen.
Beilage: Graubrot, Kopfsalat.

Gebackene Eier mit Mischgemüse

Gebackene Eier (Grundzubereitung I) mit Mischgemüse umlegen, mit Blumenkohl und Spargel garnieren.
Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln.

Gebackene Eier mit Schinken und Tomate

Gebackene Eier (Grundzubereitung I) mit Tomate und angebratenen Schinkenscheiben umlegen.
Beilage: Kartoffelsalat, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Bratkartoffeln, Brot, Kopfsalat, gemischter Salat.

4.7. Omeletts (Omeletten)

Omeletts werden aus Eiern ohne Zugabe von Mehl in einer speziellen Eierpfanne mit hohem Rand (Omelettpfanne) hergestellt. Wird der Masse Mehl zugesetzt, heißt das Erzeugnis Eierkuchen oder Eierpfannkuchen (siehe dort). Das lockere Gefüge des Omeletts wird durch Schlagen der Eimasse und ständiges Schütteln der Pfanne während des Stockens der Eimasse erreicht. Nach den Herstellungsvarianten ist bei Omeletts zu unterscheiden zwischen:
Omelett, naturell, *Omelett, gefüllt,*
Omelett mit weiteren Zutaten (z. B. Kräutern, Tomatenwürfeln), die unter die rohe Eimasse gemengt und mit ihr gegart werden,
Schaumomelett, bei dem das Eigelb schaumig gerührt und mit dem geschlagenen Eiklar (Eierschnee) vermengt wird.
Für ein Omelett verwendet man zwei oder drei Eier. Mitunter wird der Eimasse noch ein Eßlöffel Sahne oder Kondensmilch zugegeben, um sie geschmeidiger zu halten.
Für das *Füllen* von Omeletts sind zwei Methoden üblich. Entweder wird die Füllung auf das ungerollte Omelett in der Pfanne gegeben und dieses dann gerollt, oder das angerichtete Omelett wird in der Mitte längs aufgeschnitten, leicht auseinandergezogen und die Füllung in diese Öffnung gegeben.
Omeletts sind vor allem Zwischenmahlzeiten oder Süßspeisen (siehe Abschnitt 19. Süßspeisen). Sie können mit entsprechenden Beilagen aber auch zu einem Gericht zusammengestellt werden.

Omelett, naturell (Grundzubereitung)

Eier aufschlagen, leicht salzen, verrühren, in die Omelettpfanne (mit erhitzter Butter, die keine Farbe nehmen darf) geben, während des Stockens der Eiermasse die Pfanne ständig schütteln. Wenn Masse stockt, Pfanne schräg halten, damit das



Omelett nach vorn an den hohen Rand rutscht, hintere Hälfte bis zur Mitte mit der Palette nach vorn schlagen, durch Schütteln der Pfanne den vorderen Teil darüber rollen, das Omelett auf Porzellanplatte oder Teller kippen.

Bauernfrühstück (Bauernomelett)

Zwiebelbratkartoffeln mit Schinkenwürfeln zubereiten, Eimasse wie für Omelett daruntermengen, in der Pfanne stocken lassen, Omelett formen, anrichten, mit Scheiben von Delikateßgurken garnieren. Kann mit wenig brauner Soße soßiert werden.

Beilage: Krautsalat, Tomatensalat, Kopfsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Dratschena (Sowjetunion)

Siehe Eierauflauf.

Eierauflauf (Dratschena)

Eier aufschlagen, mit saurer Sahne, Milch, Mehl und Salz zu einer dickflüssigen Masse verrühren, in eine gefettete Form geben und im Ofen goldgelb backen. Portionsstücke abstechen.

Beilage: Weißbrot, Graubrot, gekochte Kartoffeln, Kascha, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, den Auflauf beim Anrichten mit Streifen von Zwiebellauch zu bestreuen.

Eierpfanne, spanisch (Huevas a la espagnola)

Rohe, geschälte Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden, abtrocknen und mit Speck und Zwiebelwürfeln in heißem Öl scharf anbraten. Dann etwa 5 Minuten langsam braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Scheiben von Wiener Würstchen und halbierte, gefüllte Oliven darüber streuen und gut durchschwenken. Mit wenig Wasser verquirlte, aufgeschlagene Eier dazugeben, nochmals alles durchschwenken, mit Sardellenfilets und Käsestreifen belegen und in der Bratröhre garen, bis der Käse zerlaufen ist. Zuletzt mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, gemischter Salat.

Huevas a la espagnola (Spanien)

Siehe Eierpfanne, spanisch.

Käseomelett

Reibekäse unter die Eiermasse rühren, Omelett herstellen, anrichten, mit Tomatensoße soßieren.

Beilage: Graubrot, Risi-Pisi, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Kopfsalat, gemischter Salat, Gurkensalat.

Krabbenomelett

Omelett naturell anrichten, in der Mitte aufschneiden, in die Öffnung ein Krabbenragout mit Champignons und Weißweinsoße füllen, mit gehacktem Dill bestreuen.

Beilage: Tomatenreis oder eine andere Reiszubereitung, Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Petersiliekartoffeln, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Kräuteromelett

Gehackte Kräuter (Petersilie, Dill, Kerbel u. a.) unter die Eimasse rühren, Omelett herstellen, anrichten.

Beilage: Graubrot, Toast, Bratkartoffeln, Tomatenreis, Gurkensalat, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Omelett mit Champignons, Spargel und Tomaten

Omelett naturell anrichten, aufschneiden, in die Öffnung ein Ragout aus Spargel, Champignons und Tomatenwürfeln, in

Weißweinsoße angeschwenkt, füllen.

Beilage: Toast, Reiskroketten, Kartoffelbällchen, Pommes frites, Kopfsalat oder anderer Frischkostsalat.

Omelett mit feinem Ragout

Auf ein Omelett in der Pfanne feines Kalbfleischragout geben, zusammenschlagen, auf Porzellan anrichten, mit Spargel garnieren, diesen mit holländischer Soße überziehen und mit gehackter Petersilie bestreuen.
In gleicher Weise können Omelett mit Geflügelragout oder mit Leberragout hergestellt werden.

Beilage: Toast, Kartoffelbällchen, Kartoffelplätzchen, Pommes frites, Salatteller, Pilzsalat, Chicoréesalat.

Hinweis: Das Omelett kann auch als Omelett naturell hergestellt und nach Aufschneiden gefüllt werden.

Omelett mit Früchten

Siehe 19. Süßspeisen.

Omelett mit Geflügelragout

Siehe Omelett mit feinem Ragout.

Beilage: Toast, Risi-Pisi, Kartoffelbällchen, Pommes frites, junge Erbsen, Blumenkohl, Frischkostsalat.

Omelett mit Heringsfilet

Omelett in der Pfanne mit angebratenem, zerpflücktem und entgrätetem Räucherheringsfilet belegen, zusammenschlagen, anrichten, mit Petersiliebutter, in der Kapern angeschwenkt wurden, begießen.

Beilage: Graubrot, Kartoffelsalat, Kartoffelbällchen, Pommes frites, Kopfsalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Omelett mit Käse

Siehe Käseomelett.

Omelett mit Knoblauchwurst und Pilzen

Omelett naturell zubereiten, aufschneiden, in Öffnung angebratene Knoblauchwurstscheiben und gedünstete Pilze füllen, mit Rotweinsoße soßieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Omelett mit Konfitüre

Siehe 19. Süßspeisen.

Omelett mit Krabben (oder Garnelen)

Siehe Krabbenomelett.

Omelett mit Kräutern

Siehe Kräuteromelett.

Omelett mit Leberragout

Siehe Omelett mit feinem Ragout.

Beilage: Toast, Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelplätzchen, Blumenkohl, Erbsen, Spargel, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Omelett mit Pilzen I

Unter Eimasse gedünstete Pilzscheiben mengen, Omelett zubereiten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Pommes frites, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Omelett mit Pilzen II

Omelett naturell herstellen, anrichten, aufschneiden, in die Öffnung gedünstete Pilze geben, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Toast, Pilzreis oder andere Reiszubereitungen, Pommes frites, Kopfsalat, Chicoréesalat oder anderer Frischkostsalat.



Omelett mit Räucherfisch

Siehe Räucherfischomelett.

Omelett mit Schafsmilchkäse (VR Bulgarien)

Unter Eimasse zerkrümelten weißen Schafsmilchkäse mengen, in der Omelettpfanne stocken lassen, zusammenschlagen, auf Porzellan anrichten, mit Tomatenscheiben und Gurkenscheiben garnieren.
Beilage: Graubrot, Kartoffelbrei, Risi-Pisi, Pommes frites, Kopfsalat, gemischter Salat.

Omelett mit Schinken und Tomaten

Auf Omelett in der Pfanne angeschwitzte Schinkenwürfel und gedünstete Tomatenwürfel geben, zusammenschlagen, anrichten, Rotweinsoße extra.

Beilage: Toast, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Pommes frites, Kopfsalat, gemischter Salat.

Omelett mit Spargel

Naturelles Omelett anrichten, aufschneiden, in die Öffnung gegarten Brechspargel füllen, mit holländischer Soße überziehen, mit gehackter Petersilie bestreuen.
Beilage: Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Reis, Pommes frites, Kopfsalat, gemischter Salat.

Omelett mit Speck

Würfel von magerem Speck anbraten, Eimasse darübergeben, Omelett herstellen, zusammenschlagen, anrichten.

Beilage: Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Kartoffelsalat, Spinat, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Omelett mit Tomaten

Siehe Tomatenomelett.

Omelett mit Wildragout

Omelett naturell zubereiten, aufschneiden, in Öffnung Wildragout geben, mit Tomatensoße soßieren.

Beilage: Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Toast, Kopfsalat, Chicoréesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Omelett mit Zunge und Champignons

Omelett naturell herstellen, aufschneiden, in Öffnung Ragout aus Streifen von Pökelzunge, Champignons und Rotweinsoße füllen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Toast, Kartoffelplätzchen, Pommes frites, Risi-Pisi, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Omelett souflé

Siehe 19. Süßspeisen, Schaumomelett.

Omelett surprise

Siehe 19. Süßspeisen, Überraschungsomelett.

Räucherfischomelett

Siehe Omelett mit Heringsfilet.

Schaumomelett (Omelett souflé)

Siehe 19. Süßspeisen.

Tomatenomelett

Unter Eimasse Tomatenwürfel mengen, Omelett zubereiten, zusammenschlagen, anrichten, Tomatensoße extra.

Beilage: Toast, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Reis, Kopfsalat, gemischter Salat, Gemüsepaprikasalat.

Überraschungsomelett (Omelett surprise)

Siehe 19. Süßspeisen.

4.8. Eierkuchen (Eierpfannkuchen)

Eierkuchen werden aus einer Masse, die aus Eiern, Mehl, Milch und Gewürzen besteht, hergestellt und in der Pfanne auf beiden Seiten als Fladen gebraten. Sie können naturell mit verschiedenen Beilagen, Kompott oder gefüllt verzehrt werden. Unter die Eierkuchenmasse können auch geschmacksgebende bzw. -bestimmende Zutaten, wie gehackte Kräuter, zerkleinerte Früchte oder Fleisch, gemengt und mit gebraten werden.
Eierkuchen sind vor allem Süßspeisen und Zwischenmahlzeiten. Sie können aber mit entsprechenden Beilagen zu einem Gericht zusammengestellt werden.
Die häufig gebrauchte Bezeichnung Omelett für Eierkuchen ist falsch, da sich Omeletts erheblich davon unterscheiden (siehe Abschnitt 4.7. Omeletts).
Eierkuchen werden mundartlich auch als *Plinsen* oder *Plinzen* bezeichnet, allerdings wird dann bei der Zubereitung häufig Hefe (Hefeplinzen) für die Plinzenmasse verwendet.
Kleine Eierkuchen werden fachfranzösisch *Crêpes* genannt. *Palatschinken* sind kleine, dünne Eierkuchen, die meist als Süßspeise mit einer Füllung verzehrt werden. Die Bezeichnung Palatschinken ist vor allem in Österreich, der ČSSR und der Ungarischen Volksrepublik verbreitet.

Eierkuchen, naturell (Grundzubereitung)

Eierkuchenmasse in heiße Pfanne als dünne Schicht gießen (die erhitzte Butter in der Pfanne soll keine Farbe genommen haben), langsam braten, wenn die Masse beginnt fest zu werden, den Eierpfannkuchen wenden und auf der anderen Seite braten. Auf Teller gleiten lassen und zusammenrollen oder zu Dreieck zusammenschlagen.
Kleine dünne Eierkuchen werden auch als Palatschinken bezeichnet.

Apfeleierkuchen

Siehe 19. Süßspeisen.

Chicoréepfannkuchen

Eierpfannkuchen herstellen, mit gedünsteten Chicoréestreifen (mit Béchamelsoße gebunden) bedecken, zusammenrollen, anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.
Beilage: Toast, Graubrot, Kartoffelplätzchen.

Eierkuchen mit Chicorée

Siehe Chicoréepfannkuchen.

Eierpfannkuchen mit Kompott

Eierkuchen rollen oder als Dreieck zusammenlegen, beim Anrichten mit Zucker bestreuen, Kompott extra.

Eierpfannkuchen mit Spinat

Eierkuchen mit gedünstetem Blattspinat (mit Zwiebelwürfeln und Knoblauch abgeschmeckt) füllen, anrichten, mit Käsesoße überziehen, überbacken.
Beilage: Graubrot, Bratkartoffeln.

Eierrollen mit Schweinefleisch (Tan-schuan) (VR China)

Eierkuchen mit roher Hackmasse (mit Ingwer abgeschmeckt) bestreichen, zusammenrollen, in gefettetes, feuerfestes Gefäß geben, leicht mit Brühe angießen, etwa 20 Minuten dünsten, auf jungen Erbsen anrichten.

Käsepfannkuchen

Eierkuchenmasse mit gehackten Kräutern und Reibekäse vermengen, kleine Eierkuchen herstellen, zusammenschlagen, mit Tomatensoße anrichten.
Beilage: Kopfsalat, gemischter Salat.



Palatschinken

Siehe 19. Süßspeisen.

Schinkenpfannkuchen

Eierkuchen mit einer Scheibe angebratenem Kochschinken belegen, mit Senf oder Ketchup bestreichen, zusammenrollen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Speckeierkuchen

Würfel von magerem Speck anschwitzen, Eierkuchenmasse darübergeben, auf beiden Seiten braten. Auf großer, runder Porzellanplatte anrichten (man gibt einen großen Speckeierkuchen je Portion).

Beilage: Kopfsalat, gemischter Salat.

Tan-schuan (VR China)

Siehe Eierrollen mit Schweinefleisch.

Zwiebeltortilla (Spanien)

Zwiebelscheiben hellgelb anbraten, Eierkuchenmasse darübergeben, auf beiden Seiten braten (dabei gut bräunen), anrichten.

Beilage: Salatteller, Oliven.

4.9. Komponenten aus Möwen- und Wachteleiern

Eierspeisen sind fast ausnahmslos aus Hühnereiern zubereitet. In geringem Umfang werden jedoch neben Hühnereiern auch Möwen- oder Wachteleier verarbeitet. Sie werden hartgekocht und geschält oder als Spiegelei zubereitet. In erster Linie dienen sie dann als Garnierung anderer Speisenkomponenten, als Suppeneinlage vor allem für ungebundene Suppen (siehe Abschnitt 2. Suppen) oder als Teil einer kalten Vorspeise, z. B. in Weinaspik (Abschnitt 1.2. Kalte Vorspeisen).
Kiebitzeier werden im Ausland teilweise in gleicher Weise verarbeitet; bei uns ausnahmsweise zur Verarbeitung gelangende Kiebitzeier stammen aus Importen, da der Kiebitz in der DDR unter Naturschutz steht.

5. *Gerichte aus Fischen, Krebsen und Weichtieren*

5.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Gerichte aus Fischen, Krebsen und Weichtieren

Diese Gruppe umfaßt geschmacklich und vom Nährwert her sehr unterschiedliche Gerichte. Die Gerichte bestehen aus einer Hauptkomponente, aus See- oder Süßwasserfischen, Krebsen oder Weichtieren sowie einer Sättigungs- und Gemüse- oder Salatbeilage. In der Vielseitigkeit der Zubereitung und der Vielfältigkeit der Kombination steht diese Gruppe den Fleischgerichten kaum nach. Allerdings finden die Möglichkeiten des reichen Angebots solcher Gerichte erst in letzter Zeit zunehmend eine entsprechende Ausnutzung. Auch die Kombination als vollwertiges Gericht mit Gemüsebeilagen hat sich erst nach und nach durchgesetzt; zugleich wurde die Eintönigkeit bei der Fischzubereitung überwunden.
Die aufwendige manuelle, garfertige *Vorbereitung* der Fische, Krebse und Weichtiere wird immer mehr durch die industrielle Vorbereitung aus den Küchen herausgelöst. Damit wird den Forderungen der Rationalisierung der Speisenproduktion entsprochen und die Zubereitung derartiger Gerichte erleichtert.
Für die *Zubereitung* dieser Komponenten aus Fischen, Krebsen und Weichtieren sind nahezu alle Garverfahren geeignet. Es handelt sich dabei vor allem um

Garziehen (in Fischfond, in Fischsud, in Fischsoße),
Blaukochen (in Salzwasser oder in Essigsud),
Krimpkochen,
Dünsten (in Fischfond, in Wein, in Bier, auf Gemüsen),
Braten (Kurzzeitbraten im ganzen oder als Fischschnitte bzw. Fischsteak, Fischkotelett oder als kleines Filet),
Backen in Fett (auf englische Art paniert oder durch Backteig gezogen),
Backen in der Ofenröhre,
Überbacken,
Schmoren (vor allem in Form verschiedener ragoutartiger Zubereitungen),
Grillen (am Spieß oder auf dem Grillrost),
Garen in der Folie (Hülle),
Garen mit Mikrowellen (Hochfrequenzgaren).



Gerichte aus dieser Gruppe können sowohl fettarm (Grundlage fettarme Fische) als auch sehr sättigend und fettreich (bei Verwendung von Fettfischen) sein. *Hervorzuheben ist der hohe Eiweißgehalt der Fische.* Durch die Nutzung der schonenden Garverfahren eignen sich Fischgerichte auch sehr gut für Schonkost verschiedener Formen. Fischgerichte sind sowohl als Mittagessen wie als Abendessen zu empfehlen. Durch größere oder kleinere Portionen können sie sowohl als selbständiges Hauptgericht oder als Gang in einer Speisenfolge gegeben werden. Mit entsprechenden Beilagen kombiniert sind sie auch ein guter Imbiß (Zwischenmahlzeit); sie eignen sich auch zum Frühstück. Der *Nährwert* ist durch die entsprechende Auswahl der Beilagen je nach Bedarf für einzelne Kostgruppen und Mahlzeiten einzustellen. Unbedingt sind Gemüse- oder Salatbeilagen als Frischkost zu jeder Komponente aus See- oder Süßwasserfischen, Krebsen oder Weichtieren zu geben. Der *Sättigungswert* der Gerichte dieser Gruppe, gemessen in kJ (kcal), kann sehr unterschiedlich sein. Beispiele dafür sind[1]:

Gericht	Sättigungswert
Karpfen, blau, mit zerlassener Butter, Meerrettich, Salzkartoffeln, Kopfsalat	3075 kJ (735 kcal)
Zanderfilet, gebraten, Pommes frites, junge Erbsen	3410 kJ (815 kcal)
Goldbarschroulade mit Salzkartoffeln, Kopfsalat	1945 kJ (465 kcal)
Fischragout mit Curryreis, Gemüsepaprika	2970 kJ (710 kcal)
Fischsticks, gebacken, Kartoffelsalat, Kopfsalat	3200 kJ (765 kcal)
Heilbuttfilet, gebacken, Mayonnaisesalat, Kopfsalat	4520 kJ (1080 kcal)

Die Einteilung der Gruppe Gerichte aus Fischen, Krebsen und Weichtieren kann unterschiedlich vorgenommen werden. In dem folgenden Text wird gegliedert nach

Gerichten aus Seefischen (Meeresfischen),
Gerichten aus Süßwasserfischen,
Gerichten aus Krebsen,
Gerichten aus Weichtieren,
Gerichten aus Fischhackmasse.

5.2. Gerichte aus Seefischen

Gerichte aus Seefischen erfahren zunehmend eine Bereicherung durch Fische aus neuen Fischgründen, so daß sich die Möglichkeiten eines vielseitigen Angebots von Fischgerichten erweitert haben.

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972

Der *Bearbeitungsgrad* wird durch die Fischwirtschaft ständig erhöht, und traditionelle Formen der Haltbarmachung (z. B. geeister Fisch als Rundfisch) gehören immer mehr der Vergangenheit an. Dadurch ergeben sich einige neue Anforderungen, die bei der Zubereitung zu beachten sind.

Hinweise für die Verarbeitung von gefrierkonserviertem Fisch (Gefrierfisch)

Kühlkette (Mindesttemperatur —18 °C) nicht unterbrechen,
Gefrierfisch in geforenem Zustand portionieren, würzen und panieren,
Gefrierfisch paniert in gefrorenem Zustand in das Backfett oder Bratfett geben,
größere Fischblocks von Fischfilets nur soweit antauen lassen, daß die Fischfilets getrennt und entsprechend weiterverarbeitet werden können.

Hinweise für die garfertige Vorbereitung frischer Seefische

Die garfertige Vorbereitung erfolgt nach dem sog. *3-S-System* (säubern – säuern – salzen). In der ersten Vorbereitungsphase alle unerwünschten Teile und Bestandteile entfernen (Schuppen, Eingeweide, Flossen, Köpfe u. a.), portionieren und gründlich waschen. In der zweiten Vorbereitungsphase, dem Säuern, wird der Fisch in Zitronensaft oder Essig mit gehackter Petersilie und anderen Kräutern mariniert. In der dritten Vorbereitungsphase wird der garfertige Fisch unmittelbar vor dem Garen gesalzen.
Für die *Zubereitung von Seefischen* sind einige Grundregeln zu beachten. Das Kochen der Fische ist in Wirklichkeit ein Garziehen, indem die Fischstücke oder kleine Fische in kochenden Fischsud eingelegt und unterhalb des Siedepunktes danach in diesem wärmeübertragenden Medium gegart werden. Entsprechend dem angestrebten geschmacklichen Effekt werden verschiedene Arten von Fischsud als Garflüssigkeit verwendet. Einige davon sind:

Fischsud I (Court-Bouillon)

Scheibenzwiebeln, zerkleinertes Suppengemüse, Lorbeerblatt und Pfefferkörner in reichlich Wasser auskochen, passieren und zum Garen des Fisches verwenden.

Fischsud II

Möhre, Zwiebel, Petersiliewurzel oder Petersiliestiele, Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Salz mit reichlich Wasser auskochen, passieren, mit säuerlichem Weißwein ergänzen und aufkochen.

Fischfond (Fischgrundbrühe)

Fischabgänge (Gräten, Köpfe ohne Augen und Kiemen, Haut) sorgfältig säubern und mit grob zerkleinertem Suppengemüse und Lorbeerblatt in Wasser kalt ansetzen, aufkochen, etwa 30 Minuten ziehen lassen, passieren.
Weitere Zusammenstellungen sind möglich. Es ist auch üblich, Fisch nur in Salzwasser zu garen.

Beim *Garziehen von Fischen* ist zu beachten, daß die kleineren Fische und Fischportionen in kochenden Fischsud eingelegt werden und danach die Energiezufuhr reduziert wird. Große Fische oder Fischstücke werden dagegen kalt angesetzt, zum Aufkochen gebracht und danach gargezogen.
Gedünstete Fischspeisenkomponenten können sowohl aus Frischfisch wie aus gefrierkonserviertem Fisch (Gefrierfisch) hergestellt werden. Der Gefrierfisch wird gefroren in die



Dünstflüssigkeit gegeben. Beim *Braten von Fisch* ist zu beachten, daß größere Fische oder dicke Fischstücke vor dem Braten von der Seite her mehrfach schräg einzuschneiden sind (in der Fachsprache als ziselieren bezeichnet), damit sie richtig durchbraten. Vor dem Braten wird Fisch mehliert oder paniert. Es ist auch üblich, nach dem Braten in Öl Fisch noch mit ein wenig Butter nachzubraten.
Für das *Backen in Fett* sind zwei Grundvarianten der Vorbereitung des Fisches verbreitet. Entweder das Panieren in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot mit der sog. *englischen Panade* (englisch panieren) oder die Fischportionen vor dem Backen durch Backteig zu ziehen.

Backteig (Bierteig) (Grundrezeptur Gastmahl des Meeres)

Mehl	0,375 kg	Öl	0,060 kg
Eier	1,5 Stück	Zucker	0,040 kg
Bier (hell)	1/2 l		

Mehl, Öl, Zucker, Eigelb, Bier miteinander zu einer zähflüssigen Masse verrühren, etwa 30 Minuten ruhen lassen, zuletzt den Schnee der Eier unterziehen.
Eine Abwandlung davon ist der Weinteig, bei dem das Bier durch einen herben Weißwein ersetzt wird, sonst sind Zubereitung und Verwendung gleich.
Panierter Fisch ist vor dem Einlegen in das heiße Fett kräftig anzuklopfen, noch lockere Panadeteile sind abzuschütteln. Die Garguteinheiten (Fischstücke oder -schnitten) sollten für das Backen in Fett nicht mehr als 150···200 g wiegen, um ein einwandfreies Garen zu gewährleisten.
Eine ganze Anzahl von *Grundzubereitungen* lassen sich für nahezu alle Fischarten anwenden. Sie sind deshalb im folgenden Text bei allen einzelnen Fischarten in der Regel nicht nochmals aufgeführt. Es handelt sich um die Zubereitungen als

Fischcurry,
Fischfilet, gebacken,
Fischfilet, gebraten,
Fischgulasch,
Fischkotelett,
Fischragout,
Fischsteak.

Diese Zubereitungen werden nur für solche Fische erwähnt, für deren Zubereitung sie besonders häufig sind oder Besonderheiten zu beachten sind.
Folgende *Einsatzmengen* an Fisch sind zu empfehlen:

Fischfilet (gebraten, gebacken usw. für Hauptgericht)	150···200 g,
Fischfilet (gebraten, gebacken usw. in Speisenfolge)	120···150 g,
Fischfilet (für ragoutartige Zubereitungen)	150 g,
Rundfisch (Fischkotelett, Fischschnitte als Hauptgericht)	250···300 g,
Rundfisch (Fischkotelett, Fischschnitte in Speisenfolge)	200···250 g.

Adlerfisch, gebraten

Adlerfischfilet in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten, anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen und mit dem Bratfett soßieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelbrei, Risi-Pisi, Blumenkohl, Champignons, Porreegemüse, Frischkostsalat.

Adlerfisch, gedünstet

Adlerfischfilet in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, in Fischfond und Weißwein dünsten, angerichtet mit gedünsteten Tomatenwürfeln belegen, mit dem Dünstfond soßieren.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Salzkartoffeln, Schloßkartoffeln, Kartoffelkugeln, gebraten, junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Frischkostsalat.

Alse (Maifisch)

Heringsartiger Fisch, der wie Hering zubereitet wird (siehe dort).

Biskaya-Sardine mit Kräuterbutter

Garfertige Biskaya-Sardine an den Seiten schräg einschneiden (ziselieren), salzen, mit Öl bepinseln, grillen, trocken anrichten, Kräuterbutter in Scheiben dazugeben.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Macairekartoffeln, junge Erbsen, Mischgemüse, Tomatensalat, gemischter Salat.

Degenfisch, gebraten

Garfertigen Degenfisch portionieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten. Mit Bratfett anrichten, mit gegrillter Tomate garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelbrei, Würfelkartoffeln, Mischgemüse, Blumenkohl, Salatteller.

Fischcurry (Grundzubereitung)

Würfel von Fischfilet in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, in einer mit Weißwein und Fischfond hergestellten Currysoße garziehen, kurz vor der Gare noch feingeraspelte Äpfel (evtl. auch Apfelmus) unterziehen.

Beilage: Reis, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Mischgemüse, Porreegemüse, Kopfsalat, gemischter Salat, Chicoréesalat, junge Erbsen.

Fischfilet, gebacken I (Grundzubereitung)

Fischfilet portionieren. Mit Zitrone und gehackten Kräutern marinieren, salzen, in Mehl, zerrührtem Ei, Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten.

Beilage: Mayonnaisesalat, Kartoffelsalat, Salzkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Fischfilet, gebacken II (Grundzubereitung)

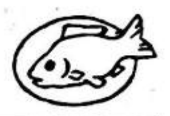
Fischfilet portionieren, mit Zitrone und gehackten Kräutern marinieren, salzen, durch Backteig ziehen, gut abtropfen, in Fett backen. Trocken anrichten. Tomatensoße kann extra gereicht werden.

Beilage: Mayonnaisesalat, Kartoffelsalat, Reis, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Mischgemüse, Blumenkohl, Frischkostsalat.

Fischfilet, gebraten (Grundzubereitung)

Fischfilet portionieren, in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mehlieren, in Fett auf beiden Seiten saftig braten, mit Bratfett anrichten. Zitronenspalten extra.

Hinweis: Mitunter werden im Bratfett noch gehackte Petersilie und Kapern



angeschwenkt und dann damit der Fisch übergossen. Diese Art der Zubereitung wird auch als «nach Müllerin Art» bezeichnet.
Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Reis, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Fischfiletten, gebacken

Gefrorene Fischfiletten in heißes Fett geben, goldgelb backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalte garnieren, Remoulade oder Tatarensoße extra.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Fischfiletten mit Ei

Gefrorene Fischfiletten auf beiden Seiten goldgelb braten, trocken anrichten, mit saftigem Tomatenrührei bedecken, mit Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Kopfsalat, Salatteller.

Fischfondue I (Fischfritüre)

Die Fischfondue wird am Tisch – in der Regel vom Gast selbst – zubereitet. Würfel von verschiedenem Fischfilet in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, in einer ansprechenden Schale anrichten, mit einem Fonduetopf mit heißem Öl auf einem Spiritusrechaud sowie einem Gefäß mit Backteig servieren. Der Gast bäckt die Fischwürfel, nachdem er sie durch Backteig gezogen hat, in dem heißen Öl an eine lange Gabel gespießt (Fonduegabel). Dazu werden verschiedene würzige Zutaten gegeben (Tomatenketchup, Remoulade, Würfelkornichons, Senffrüchte), mit denen dann die Fischwürfel gewürzt werden können.

Beilage: Pommes frites, Brot, Salatteller.

Fischfondue II (Fischfritüre)

Vorbereitung wie für Fischfondue I, die Fischwürfel jedoch nicht in Fett, sondern mit siedendem Fischfond mit Weißwein garen.

Beilage: Reiskroketten, Curryreis, Pommes frites, Salatteller, Champignonsalat.

Fischgjuvetsch

Siehe Gjuvetsch von Fisch.

Fischgulasch

Marinierte, gulaschgroße Würfel von Fischfilet (Seelachs, Kabeljau) in einer pikanten Soße aus Würfelzwiebel, Tomatenmark, edelsüßem Paprika, Mehl und Fischfond garziehen, nachsalzen, mit Joghurt oder saurer Sahne vollenden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Reis, Makkaroni, Mehlknödel, Rotkohl, Mischgemüse, Krautsalat, rote Bete.

Fischkotelett I (Grundzubereitung)

Garfertige Scheibe von Rundfisch (quergeschnitten mit Mittelgräte), in Zitrone und Kräutern marinieren, mehlieren und auf beiden Seiten saftig braten, mit dem Bratfett anrichten.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Salzkartoffeln, Mischgemüse, Möhrengemüse, Rotkohl, gemischter Salat.

Fischkotelett II (Grundzubereitung)

Zubereitung wie Grundzubereitung I, jedoch Fischkotelett in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, trocken anrichten, Tatarensoße, Remoulade oder Tomatenmayonnaise extra.

Beilage: Pommes frites, Salzkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Fischragout I (Grundzubereitung)

Marinierte, gulaschgroße Stücke von Fischfilet in einer Tomatensoße garziehen, mit Majoran und Kümmel (gehackt) abschmecken, mit Rotwein oder Sahne vollenden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Teigwaren, Kopfsalat, Tomatensalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Fischragout II (Grundzubereitung)

Marinierte Streifen von Fischfilet in einer Speckoße garziehen, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken, mit saurer Sahne oder Joghurt vollenden.

Beilage: wie Fischragout I.

Fischroulade in Currysoße

Mariniertes Fischfilet mit einer Fülle aus geraspelten Äpfeln, Tomatenwürfeln und mit in Speckwürfeln angebratenen Zwiebeln belegen, zusammenrollen, mit Holzstäbchen zusammenstecken, in Fischfond dünsten. Aus dem Dünstfond eine Currysoße bereiten und die Rouladen damit soßieren.

Beilage: Tomatenreis, Schinkenreis, Risi-Pisi, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Semmelklößchen, Blumenkohl, junge Erbsen, Spinat, gemischter Salat.

Fischschnitzel, überbacken

Fischfilet (Rotbarsch, Kabeljau, Seelachs) portionieren, in Zitrone und gehackten Kräutern marinieren, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten, in feuerfestes Gefäß geben, mit auf magerem Speck gedünsteten Gemüsepaprikastreifen bedecken, überbacken. Trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren. Tomatensoße extra.

Beilage: Reis, Spaghetti, Makkaroni, Spirelli, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Salzkartoffeln, Porreegemüse, Blumenkohl, grüne Bohnen, Mischgemüse, Frischkostsalat.

Fischstäbchen

Zubereitung wie Fischsticks (siehe dort).

Fischsteak, gegrillt

Fischfilet (Rotbarsch, Kabeljau, Seelachs, Heilbutt) portionieren, in Weißwein, Öl und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mit Öl bepinseln, grillen. Trocken anrichten, je zur Hälfte mit in Butter angeschwenkten Apfelspalten (mit Curry abgeschmeckt) und gedünsteten Tomatenwürfeln bedecken. Remoulade, Currymayonnaise oder Tomatenketchup extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Reis, Spargel, Blumenkohl, Champignons, junge Erbsen, Mischgemüse, Salatteller.

Fischsteak in pikantem Eimantel

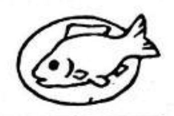
Fischfilet (Rotbarsch, Kabeljau, Seelachs) in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten. In einen Eierpfannkuchen, in den Tomaten- und Gemüsepaprikawürfel eingebraten sind, hüllen, mit Tomatensoße soßieren.

Beilage: Pommes frites, Würfelkartoffeln, Bratkartoffeln, Kopfsalat, gemischter Salat.

Fischsteak mit Langustenfleisch

Fischsteak mit Öl bepinseln, grillen, mit Scheiben von Langustenfleisch belegen, mit einer Käsesoße überziehen, überbacken. Trocken anrichten, mit Zitronenspalten und Tomatenvierteln garnieren. Choronsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Schloßkartoffeln, Reiskroketten, Blumenkohl, Champignons, Spargel, Salatteller.



Fischsteak, überbacken

Fischsteak salzen, mit Öl bepinseln, grillen, mit Salamischeiben, angeschwitzten Zwiebelscheiben bedecken, mit einer Scheibe Schnittkäse abdecken, überbacken, Soße aus Rotwein, edelsüßem Paprika und wenig Tomatenmark extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Macairekartoffeln, Reis, Rosenkohl, Spinat, junge Erbsen, Kopfsalat, gemischter Salat.

Fischsticks, gebacken

Gefrorene Fischsticks in Öl goldgelb backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalte garnieren, Remoulade oder Tatarensoße extra.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Pommes frites, Kartoffelbrei, junge Erbsen, Blumenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Fischsticks, gebacken, mit Letscho

Gefrorene Fischsticks in Öl goldgelb backen, auf heißem Letscho anrichten, das mit Streifen von Salzdillgurke und mit saurer Sahne ergänzt wurde.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Pommes frites, Reis, Kopfsalat, Salatteller.

Fischsticks in Ei

Gefrorene Fischsticks auf beiden Seiten goldgelb braten, Bratfett abschütten, kurz in Butter nachbraten, zerrührtes Ei (wie für Rührei) darübergeben, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen, stocken lassen.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Fischsticks, mariniert

Gefrorene Fischsticks goldgelb in Öl backen, in Essigmarinade einlegen, trocken anrichten, mit Zwiebelringen garnieren, Tomatenmayonnaise extra (Quarkmayonnaise mit Tomatenmark vermischt).

Beilage: Bratkartoffeln, Salzkartoffeln, Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Fischtopf mit Champignons

In einem ansprechenden Steingutgefäß angeschwenkte Spaghetti oder andere Teigwaren mit gedünsteten Tomatenwürfeln anrichten, Fischragout I darübergeben und mit gedünsteten Champignons garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salatteller.

Fischtopf mit Joghurt und Zwiebel

Fischragout I in einem ansprechenden Steingutgefäß anrichten, mit gut durchgerührtem Joghurt nappieren, mit feingeschnittenen Zwiebeln bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Reis, Graubrot oder Weißbrot, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Fischtopf mit Letscho

Letscho auf Würfeln von magerem Speck und Zwiebeln dünsten, in Steingutgefäß (Portionsgefäß) geben, mit Fischragout I auffüllen, mit feingeschnittenen Delikateßgurken bestreuen.

Beilage: Reis, Teigwaren, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kopfsalat, gemischter Salat.

Fischtopf mit Pepperoni

In Steingutgefäß (Portionstopf) körnig gekochten, heißen Reis geben, mit Fischragout I (mit feingehackten Pepperoni vollendet) geben, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Fischtopf mit weißen Bohnen

Weichgekochte weiße Bohnen auf mageren Speckwürfeln mit Tomatenmark schmoren, in Steingutgefäß (Portionstopf) geben, mit Fischragout I auffüllen, mit gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.
Beilage: Graubrot, Weißbrot, Kopfsalat, Salatteller.

Flunder

Zubereitung wie Scholle (siehe dort).

Gjuvetsch von Fisch (auch Gjuwetsch) (VR Bulgarien)

Gjuvetschgemüse (Konserve, Import VR Bulgarien) auf mageren Speckwürfeln anschwitzen, zerkleinertes Fischfilet (Rotbarsch, Kabeljau, Seelachs) untermengen, gemeinsam dünsten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Reis.

Goldbarschfilet (Rotbarschfilet), gebacken

Goldbarschfilet portionieren, in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, durch Bierteig ziehen, in Fett backen. Trocken anrichten, mit Zitronenspalte und Petersilie garnieren. Tomatensoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Reis, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Goldbarsch, geschnetzelt

Streifen von Goldbarschfilet mit Zwiebelwürfeln anschwitzen, Champignons und Tomatenwürfel unterschwenken, mit heller Fischsoße leicht binden, mit saurer Sahne vollenden. Mit gehacktem Dill bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Reis, Teigwaren, Mehlnocken, Semmelklößchen, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Goldbarschroulade

Goldbarschfilet leicht plattieren, mit Fischhackmasse bestreichen, rollen, mit Holzstäbchen zusammenstecken, auf angeschwitzten Zwiebelscheiben mit Weißwein und Fischfond dünsten. Aus dem Fond eine helle Soße bereiten, über die Rouladen geben.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Schloßkartoffeln, Reis, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Goldbarschschnitzel

Aus einem Filet mehrere Schnitzel schneiden, durch zerlassene Kräuterbutter ziehen, salzen, mit Reibebrot einbröseln, langsam auf beiden Seiten braten, Bratfett mit Zitronensaft ablöschen und Schnitzel beim Anrichten mit Bratfond übergießen.

Beilage: Pommes frites, Bratkartoffeln, Salzkartoffeln, Reis, Blumenkohl, Champignons, junge Erbsen, Chicorée, Kopfsalat, Tomatensalat, Salatteller.

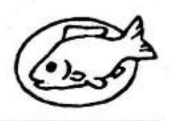
Goldbarschsteak mit Mangofrüchten

Goldbarschfilet portionieren, in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mit Öl bepinseln, grillen, mit gedünsteten Mangoschnitten (Importkonserve Kuba) belegen und mit erhitztem Tomatenketchup mit Curry überziehen.

Beilage: Pommes frites, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Kopfsalat, Tomatensalat, Salatteller.

Grillplatte von Fisch (Mixed Grill von Fisch)

Mehrere kleine Schnitten oder Fischsteaks von verschiedenen Fischen in Weißwein, Öl und gehackten Kräutern marinieren, mit Öl bepinseln, grillen. Trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren. Kräuterbutter extra.



Beilage: Pommes frites, Streichholz- oder Strohkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Kopfsalat, Spargelsalat, gemischter Salat.

Heilbutt am Spieß

Würfel von Heilbuttfilet in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, abwechselnd mit Tomatenvierteln, Gurkenscheiben und Käsestücken auf Spießchen stecken, durch Backteig ziehen, in Fett backen. Trocken anrichten, Tomatenketchup mit Curry verrührt extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Tomatenreis, Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, Frischkostsalat.

Heilbutt auf Schinkenspaghetti

Heilbuttfilet portionieren, marinieren, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten, auf heißen Spaghetti, die mit gedünsteten Tomaten- und Schinkenwürfeln vermengt sind, anrichten, im Bratfond Kapern und gehackte Petersilie mit Zitronensaft dünsten und über den Fisch geben.

Beilage: Tomatensalat, Gurkensalat, Salatteller.

Heilbuttfilet, gebacken

Heilbuttfilet portionieren, in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, durch Backteig ziehen, in Fett backen. Trocken anrichten, Tomatensoße oder saure Sahne mit gehacktem Dill verrührt extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Pommes frites, Reis, Kopfsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Heilbuttfilet, gedünstet, in Weißwein

Heilbuttfilet portionieren, in ein gefettetes, feuerfestes Geschirr, dessen Boden mit feingeschnittener Zwiebel bestreut ist, einlegen, mit gehackten Kräutern bestreuen, mit Fischfond und Weißwein angießen, dünsten, zuletzt mit Kondensmilch verrührtes Eigelb unterrühren, nicht mehr aufkochen. Im Gargefäß servieren.

Beilage: Reis, Kartoffelbrei, Schloßkartoffeln, Salzkartoffeln, Blumenkohl, Spargel, Champignons, junge Erbsen, Salatteller.

Heilbuttfilet in Weißwein mit Klößchen

Portioniertes, mariniertes Heilbuttfilet in Fischfond und Weißwein dünsten, beim Anrichten mit Fischklößchen und Semmelklößchen belegen, mit Weißweinsoße soßieren, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, junge Erbsen, Blumenkohl, gedünsteter Chicorée, Kopfsalat, gemischter Salat.

Heilbuttfilet mit Ei

Heilbuttfilet portionieren, in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten, auf Curryreis anrichten, mit Scheiben von hartgekochten Eiern belegen. mit Choronsoße überziehen.

Beilage: Salatteller.

Heilbutt in der Hülle

In gefettete Alufolie in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinierte Heilbuttschnitte geben, mit Champignonscheiben und Gemüsejulienne belegen, verschließen, im Grill garen, in der geschlossenen Folie servieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Schwenkkartoffeln, Macairekartoffeln, Reis, Spätzle, Schwarzwurzeln, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Heilbutt mit Paprika und Tomate

Mariniertes Heilbuttfilet salzen, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten, mit ge-

dünsteten Tomatenwürfeln und Gemüsepaprikastreifen belegen, mit paprizierter Tomatensahnesoße überziehen.

Beilage: Reis, Mehlknödel, Semmelknödel, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Teigwaren, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Heilbutt, überbacken

Mariniertes Heilbuttfilet in Fischfond dünsten, mit Champignonsoße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, Butterflöckchen darübergeben, überbacken.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, junge Erbsen, Blumenkohl, Salatteller.

Hering, gebraten

Frische Heringe garfertig vorbereiten (schuppen, ausnehmen, waschen), salzen, pfeffern, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten.

Beilage: Kartoffelsalat, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Kopfsalat, Krautsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hering, gefüllt, in der Hülle

Garfertigen Salzhering (gewässert) vom Rücken her mit Fischfarce füllen, in gefettete Aluminiumfolie hüllen und im Ofen backen. In der geschlossenen Folie servieren, Tomatenketchup oder Rotweinsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, rote Bete, Krautsalat, gemischter Salat.

Hering in Tomatenmayonnaise

Gewässerte Salzheringsfilets in eine Soße aus Tomatenmark, Joghurt, Mayonnaise, Kondensmilch, Paprika, Salz, Zucker und feingeschnittenen Zwiebeln einlegen, wenigstens 12 Stunden ziehen lassen.

Beilage: Pellkartoffeln, Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Krautsalat, Bohnensalat, gemischter Salat, rote Bete.

Hering in Weißwein mit Champignons

Garfertigen, frischen Hering in Weißwein, Fischfond und Champignonfond dünsten, aus Fond Weißweinsoße herstellen, Hering damit soßieren und mit gedünsteten Champignons garnieren.

Beilage: Butterreis, Schinkenreis, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Mehlklöße, Blumenkohl, junge Erbsen, Mischgemüse, Salatteller.

Hering, mariniert

Gewässerte Salzheringsfilets in eine Soße aus Zwiebelscheiben, Apfelwürfeln, gewürfelter Delikateßgurke, Essig, Milch, Mayonnaise und Zucker einlegen, mindestens 12 Stunden marinieren. Mit der Soße anrichten, mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Pellkartoffeln, Salzkartoffeln, Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

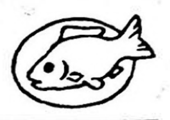
Heringsauflauf (Sapekanka)

Aus gewässerten Salzheringsfilets mit geweichtem Weißbrot, Pellkartoffeln, Zwiebeln und Ei eine geschmeidige Masse herstellen, 3 · · · 4 cm hoch in gefettete Form geben, mit einer Mischung aus Eigelb und saurer Sahne übergießen, im Ofen backen, portionieren, anrichten und mit einer Soße aus saurer Sahne und Tomatenketchup übergießen.

Beilage: Salzkartoffeln, Pommes frites, Reis, Krautsalat, rote Bete, Bohnensalat, gemischter Salat.

Heringsfilet auf Sellerie

Gewässerte Salzheringsfilets in Essig, Kapern, Senfkörnern und Zwiebelwürfeln



marinieren, auf einem Salat aus geraspelten Äpfeln, gekochten Selleriewürfeln und Mayonnaise anrichten, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Mixed Pickles, Krautsalat, Bohnensalat.

Heringsfilet, gebacken

Heringsfilets in Essig, Zwiebeln und gehackten Kräutern marinieren, durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten und Scheiben von Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Kartoffelsalat, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Krautsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es kann extra Tomatensoße gereicht werden. Dann ist als Beilage auch Kartoffelbrei möglich.

Heringsfilet mit grünen Bohnen

Siehe Matjesfilet mit grünen Bohnen.

Heringsröllchen, gedünstet

Filets von grünen Heringen rollen, in gefettetes Gefäß einsetzen, mit einer Soße aus Tomatenmark, Öl, Essig, Zucker und Lorbeerblatt übergießen, mit Zwiebelringen belegen, dünsten.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Krautsalat, Bohnensalat, rote Bete, gemischter Salat.

Hornhecht, gebraten

Garfertigen Hornhecht portionieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten, in eine Essigmarinade aus Essig, Wasser, Lorbeerblatt, Salz, Estragon einlegen, gut durchziehen lassen. Mit etwas Marinade anrichten.

Beilage: Bratkartoffeln, Salzkartoffeln, Pellkartoffeln, Kopfsalat, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kabeljaufilet, gebacken

Kabeljaufilet portionieren, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit Zitronensaft beträufeln, salzen, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, mit Zitronenspalten und Tomatenecken garnieren.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Pommes frites, Kartoffelbrei, Tomatenreis, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kabeljau, gebraten (mit Zitrone)

Kabeljaufilet portionieren (bzw. Kabeljaukoteletts schneiden), in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten hellgelb braten, mit Butter nachbraten, beim Anrichten mit der Bratbutter begießen, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit entkernter Zitronenscheibe belegen.

Beilage: Kartoffelbrei, Pommes frites, Kartoffelsalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kabeljau-Hacksteak

Siehe 5.6. Gerichte aus Fischhackmasse.

Kabeljau in Kräutersoße

Zubereitung wie Kabeljau in Senfsoße, anstelle Senfsoße Kräutersoße aus Fischfond.

Beilage: Reis, Speckknödel, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Kabeljau in Senfsoße

Garfertigen Kabeljau zu Schnitten portionieren, in Fischsud I garziehen, trocken anrichten und mit einer Senfsoße (mit Speck- und Fischfond zubereitet) soßieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Semmelklöße, Reis, grüne Bohnen, Mischgemüse, Möhrengemüse, Salatteller.

Kabeljauschnitte in Curry

Kabeljauschnitte in Fischsud II dünsten, trocken anrichten, mit gedünsteten Apfelscheiben belegen, mit Currysoße (aus Fischfond) soßieren.

Beilage: Reis, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Möhrengemüse, Blumenkohl, Mischgemüse, Frischkostsalat.

Kalmar

Siehe Tintenfisch.

Katfisch

Zubereitung wie Kabeljau (siehe dort).

Kedgeree (Großbritannien)

Siehe Räucherfisch in Curryreis.

Maifisch (Alse)

Heringsartiger Fisch, der wie Hering zubereitet wird (siehe dort).

Makrele, gebacken

Garfertige Makrele mit Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalte und gebackener Petersilie garnieren. Tomatenketchup extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Makrele, gebacken, mit Tomate

Makrelenfilets in mit Tomatenscheiben ausgelegtes, gefettetes, feuerfestes Gefäß geben, mit Tomatenscheiben und entkernten Zitronenscheiben belegen, mit wenig Öl übergießen, im Ofen backen. Im Gargefäß servieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Risi-Pisi, Kartoffelsalat, Gemüsepaprikasalat, Salatteller.

Makrele, gebacken, mit Zwiebel

Garfertiges Makrelenfilet in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, salzen, durch Backteig ziehen, in Fett backen. Trocken anrichten, mit durch Backteig gezogenen und gebackenen Zwiebelringen und Zitronenspalten garnieren.

Beilage: Pommes frites, Stroh- oder Streichholzkartoffeln, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat.

Makrele, gefüllt, in der Hülle

Garfertige Makrele mit einer saftigen Fischfarce füllen, in gefettete Folie einschlagen, grillen. In der geschlossenen Folie anrichten, Rotweinsoße oder Tomatenketchup extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Zwiebelbratkartoffeln, Kopfsalat, Salatteller.

Makrele, gegrillt

Garfertige Makrele von der Mittelgräte befreien, in Zitrone und gehackter Petersilie marinieren, salzen, mit Öl bepinseln, grillen. Trocken anrichten, mit grillierter Tomate garnieren, Kräuterbutter oder Knoblauchbutter extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Makrele in Paprikasoße

Garfertige Makrele in Fischfond dünsten, mit einer Paprikasoße aus Fischfond soßieren, mit mariniertem Gemüsepaprika garnieren, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.



Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Reis, Béchamelkartoffeln, Semmelklöße, Mehlknödel, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Kopfsalat, gemischter Salat.

Makrelenfilet in pikanter Soße, überbacken

Makrelenfilet (Konserve in Tomatensoße, Weinsoße o. dgl.) aus der Dose nehmen, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit Zitrone beträufeln und mit einer Soße aus Tomatenketchup, Joghurt und feinen Würfelzwiebeln übergießen, überbacken.

Beilage: Reis, Paprikakartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Mischgemüse, junge Erbsen, Blumenkohl, Salatteller.

Matjesfilet in pikanter Apfel-Quark-Mayonnaise

Gewässerte Matjesfilets in eine dickflüssige Soße aus geraspelten Äpfeln, Zwiebelscheiben, Quark, Mayonnaise, Essig, Milch, Pfeffer und Zucker einlegen und in dieser Soße anrichten.

Beilage: Pellkartoffeln, Salzkartoffeln, Bohnensalat, Kopfsalat, Salatteller.

Matjesfilet mit grünen Bohnen

Matjesfilet mit Essig und feingeschnittenem Schnittlauch marinieren, anrichten und mit Zwiebelringen belegen, in angebratenen, mageren Speckwürfeln angeschwitzte Bohnen als Umlage.

Beilage: Salzkartoffeln, Pellkartoffeln.

Matjesstreifen mit Zwiebeln

Gewässerte Matjesfilets in etwa 1 cm breite Streifen schneiden, anrichten, mit Weinessig bespritzen, mit feingeschnittenen Zwiebeln bestreuen, mit Scheiben von Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Pellkartoffeln, Stampfkartoffeln mit Speck, rote Bete, Salatteller.

Matrosengericht

Zubereitung wie Matrosengericht aus Süßwasserfischen, jedoch Seefisch verwenden (siehe unter 5.3. Süßwasserfische).

Mixed Grill von Fisch

Siehe Grillplatte von Fisch.

Muräne

Zubereitung wie Aal (siehe dort).

Petermännchen, gebraten

Garfertiges Petermännchen in Zitrone und gehackten Kräutern marinieren, von den Seiten schräg einschneiden (ziselieren), salzen, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, mit Butter nachbraten. Mit der Bratbutter anrichten.

Beilage: Kartoffelsalat, Makkaronisalat, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Risi-Pisi, Blumenkohlsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Pfannfisch

Gedünstetes Fischfleisch oder Räucherfisch entgräten und zerpflücken, unter Zwiebelbratkartoffeln schwenken, durchbraten, mit Senf abschmecken, angerichtet mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, Chicoréesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Pollack

Zubereitung wie Kabeljau (siehe dort).

Räucherfisch in Curryreis (Kedgeree)

Geräucherten Dorsch oder Heilbutt in Wasser kochen, entgräten, zerpflücken, unter halbgaren Curryreis mengen, gemeinsam garen. Anrichten und mit hart-

gekochtem, gehacktem Ei und gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Krautsalat, Salatteller.

Reisfisch

Würfel von Fischfilet auf Speck- und Zwiebelwürfeln mit Tomatenmark und Fischfond dünsten, unter körnig gekochten Reis mengen, durchziehen lassen. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Beilage: Tomatensalat, Blumenkohlsalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Rizotto od Kalamara (SFR Jugoslawien)

Zubereitung wie Scampireis (S. 168), jedoch Tintenfisch verwenden.

Rochen, gebacken

Rochenschnitte in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, salzen, durch Backteig ziehen, in Fett backen, mit Zitronenspalten und gegrillter Tomate garnieren. Tomatensoße extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Reis, junge Erbsen, Blumenkohl, Salatteller.

Rochen in brauner Butter

Garfertigen Rochen portionieren, in Fischsud I garziehen, trocken anrichten, mit brauner Butter, in der gehackte Petersilie und Kapern angeschwenkt wurden, übergießen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Reis, Spinat, Grünkohl, Mischgemüse, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Rotbarsch

Siehe Goldbarsch.

Rotzunge

Zubereitung wie Seezunge (siehe dort).

Sapekanka (Sowjetunion)

Siehe Heringsauflauf.

Schellfisch

Siehe Zubereitung wie Kabeljau.

Schildmakrele

Zubereitung wie Makrele (siehe dort).

Scholle, gebraten

Kleine, garfertige Schollen mit Salz abreiben, mit Zitronensaft beträufeln, mehlieren, goldgelb braten.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Macairekartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Scholle, gegrillt

Garfertige Scholle mit Salz abreiben, mit Öl bepinseln, auf dem Rost garen, trocken anrichten, mit Kräuterbutter belegen, grillierte Tomate extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Kartoffelsalat, Makkaronisalat, Petersiliekartoffeln, junge Erbsen, gedünsteter Porree, Kopfsalat, gemischter Salat.

Scholle mit brauner Butter

Garfertige Scholle portionieren, in Fischsud I garziehen, trocken anrichten, mit brauner Butter übergießen, mit gehackter Petersilie und gehacktem, gekochtem Ei bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Reis, Tomatenspaghetti, Spinat, Blumenkohl, Kopfsalat, Salatteller.

Schollenfilet, auf Spinat überbacken

Schollenfilet in Fischsud II dünsten, in gefettetem Gefäß auf mit Speck und



Zwiebel zubereitetem Spinat anrichten, mit Käsesoße überziehen, überbacken.
Im Gargefäß servieren.

Beilage: Reis, Schinkennudeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln.

Schollenfilet in Eihülle

Schollenfilet in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, salzen, mehlieren, durch zerrührtes Ei ziehen, auf beiden Seiten goldgelb braten, auf gedünsteten Tomatenwürfeln anrichten.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schollenfilet mit Krabben (oder Garnelen) und Pilzen

Schollenfilet in Fischsud II dünsten, auf körnig gekochtem Reis anrichten, mit gedünsteten Krabbenschwänzen und Pilzen belegen, mit Tomatensahnesoße überziehen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Semmelknödel, Mehlklöße, Kopfsalat, Tomatensalat, Salatteller.

Seelachsbrisolett

Siehe 5.6. Gerichte aus Fischhackmasse.

Seelachs in Senfsoße

Zubereitung wie Kabeljau in Senfsoße.

Seelachskroketten mit Curryketchup

Gegarten Seelachs entgräten, zerpflücken, mit Weißweinsoße, Krokettenmehl und Eigelb, Salz, Pfeffer vermengen, Kroketten formen, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren, mit Currypulver verrührtes Tomatenketchup extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelsalat, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Reis, Blumenkohl, Porreegemüse, Kopfsalat, gemischter Salat.

Seelachsroulade in Dillsahnesoße

Seelachsfilet leicht plattieren, salzen, mit saftiger Fischfarce bestreichen, rollen, mit Holzspießchen zusammenstecken, in gefettetes, feuerfestes Geschirr einsetzen, mit Fischsud I angießen, dünsten. Aus Dünstfond Sahnesoße herstellen, mit gehacktem Dill vermengen und Seelachsrouladen damit soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Reis, Semmelklöße, Kartoffelklöße, junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Porreegemüse, gedünsteter Chicorée, Gurkensalat, gemischter Salat.

Seelachsschnitte in Weißwein

Seelachsschnitte in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, in Fischfond und Weißwein dünsten. Aus Dünstfond Weißweinsoße herstellen, Seelachsschnitte damit soßieren und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Schinkenreis, Risi-Pisi, Butterreis, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Semmelklößchen, Blumenkohl, junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Seelachsschnitte mit Apfel

Seelachsschnitte in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten goldgelb braten, mit gedünsteten Apfelscheiben belegen, mit kräftiger Sahnesoße überziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Reis, Möhrengemüse, junge Erbsen, Mischgemüse, Salatteller.

Seelachsschnitte mit Paprika und Ei

Seelachsschnitte in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, in Fischsud II garziehen, mit gedünstetem Letscho bedecken und obenauf ein Spiegelei geben.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Kopfsalat, Salatteller.

Seezunge, gebacken und gefüllt

Garfertige Seezunge an der Mittelgräte längs einschneiden, an beiden Enden des Einschnittes Gräte durchstechen, salzen, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, Mittelgräte herausheben, entstandene Öffnung mit Kräuterbutter füllen, trocken anrichten, mit Zitronenspalte garnieren.

Beilage: Schloßkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Spargel, Champignons, Blumenkohl, Kopfsalat, Chicoréesalat, Salatteller.

Seezunge, gebraten

Garfertige Seezunge in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten goldgelb braten, beim Anrichten mit Petersilie bestreuen und mit Bratbutter übergießen.

Beilage: Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Macairekartoffeln, Kremchampignons, Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, Salatteller.

Seezunge in Weißwein

Garfertige Seezunge in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit feingeschnittenen Zwiebeln bestreuen, in Fischfond und Weißwein dünsten. Im feuerfesten Geschirr servieren, holländische Soße extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Schloßkartoffeln, Kartoffelkugeln, Salzkartoffeln, Reis, Reiskroketten, junge Erbsen, Spargel, Blumenkohl, Champignons, Kopfsalat in Sahne, Salatteller.

Seezunge mit Nußbutter

Garfertige Seezunge in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mehlieren, durch zerrührtes Ei ziehen, auf beiden Seiten goldgelb braten, beim Anrichten mit Nußbutter (frische Butter mit Nußmus vermischt) belegen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Spargel, Blumenkohl, Möhrengemüse, Salatteller.

Seezungenfilet, in Mandelteig gebacken

Seezungenfilet in Weißwein und gehackten Kräutern marinieren, durch mit Mandelsplittern vermengten Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren, holländische Soße mit Orangensaft vermischt extra.

Beilage: Schloßkartoffeln, Pommes frites, Streichholzkartoffeln, Kartoffelkugeln, Spiralkartoffeln, Butterreis, Kopfsalat in Zitronendressing, Salatteller.

Seezungenfilets auf Ananasreis

Seezungenfilets in Weißwein und gehackten Kräutern marinieren, salzen, zu Taschen legen, in Fischfond und Weißwein dünsten, auf Ananasreis (Butterreis, unter den in Butter angeschwenkte Ananasraspeln gemengt sind) anrichten, mit Choronsoße überziehen.

Beilage: Kopfsalat in Dillsahne, Chicoréesalat, Champignonsalat, Salatteller, Spargel, Kremchampignons, Blumenkohl, junge Erbsen.

Seezungenfilets, überbacken

Seezungenfilets in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, zusammenschlagen, in Fischfond dünsten, in gefet-



tetes, feuerfestes Geschirr geben, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Beilage: Curryreis, Kokosreis, Tomatenreis, Kartoffelplätzchen, Spätzle, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, junge Erbsen, Spargel, Blumenkohl, Champignons, Kopfsalat, gemischter Salat.

Seezungenröllchen mit Krabben (oder Garnelen)

Seezungenfilets in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, leicht plattieren, salzen, mit Fischfarce bestreichen, zusammenrollen, in Weißwein und Fischfond dünsten. Nach dem Anrichten mit holländischer Soße überziehen, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit gedünsteten Krabbenschwänzen und Champignons garnieren.

Beilage: Reis, Schloßkartoffeln, Kartoffelkugeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Es sind weitere, sehr verschiedenartige Füllungen und Garnierungen für Seezungenröllchen möglich.

Steinbuttcurry

Steinbuttschnitte in Zitronensaft, Öl, feingeschnittenen Zwiebeln und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten rasch anbraten, in Currysoße garziehen, kurz vor Abschluß des Garvorgangs Currysoße mit geriebenem Apfel vollenden.

Beilage: Butterreis, Risi-Pisi, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, junge Erbsen, Möhrengemüse, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Steinbuttfilet, überbacken

Steinbuttfilet in Weißwein und Fischfond dünsten, in gefettetem, feuerfestem Geschirr auf gedünstetem Blattspinat anrichten, mit Béchamelsoße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, Butterflöckchen obenauf geben, überbacken, im Gefäß servieren.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Schloßkartoffeln, Semmelklöße.

Steinbutt in Weißwein

Steinbuttschnitte in Fischsud II garziehen, trocken anrichten, mit einer aus Fischfond zubereiteten Weißweinsoße soßieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Butterreis, Tomatenreis, Macairekartoffeln, Salzkartoffeln, Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, Salatteller.

Steinbutt mit Walnußsoße

Steinbuttschnitte in Weißwein, gehackten Kräutern und feingeschnittenen Zwiebeln sowie wenig geriebenem Knoblauch marinieren, salzen, auf beiden Seiten goldgelb braten, trocken anrichten und mit einer Walnußsoße (Weißweinsoße mit Thymian, Pfeffer und geriebenen Walnüssen) soßieren, mit feinwürflig geschnittener Delikateßgurke bestreuen.

Thunfisch in Reis

Zerpflückten Thunfisch aus der Konserve auf Zwiebelwürfeln mit gedünsteten Gemüsestreifen anschwenken, Letscho untermengen, im Reisrand aus körnig gekochtem Reis anrichten, mit Reibekäse und gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Salatteller.

Thunfischrisotto

Thunfisch aus der Konserve in Streifen schneiden, auf angeschwitzten Zwiebelwürfeln, gehackter Petersilie und wenig karamelisiertem Zucker mit Wasser und Essig abgelöscht dünsten, vorgegarten Reis dazugeben und gemeinsam garen. Mit Tomatenvierteln garnieren, geriebenen Käse extra.

Thunfischschnitte mit Rahmchampignons

Thunfischschnitte in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten goldgelb braten, anrichten, mit Rahmchampignons bedecken, mit gehackter Petersilie bestreuen, Zitronenspalten extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Pommes frites, Kartoffelbrei, Schloßkartoffeln, Kartoffelkugeln, Salzkartoffeln, Reis, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Tintenfischrisotto (SFR Jugoslawien)

Siehe Rizótto od Kalamara.

5.3. Gerichte aus Süßwasserfischen

Gerichte aus Süßwasserfischen werden aus Fischen der Binnengewässer (Teiche, Seen, Flüsse) zubereitet. Dazu werden auch die im Brackwasser lebenden Fische und die Wanderfische (Aal, Störarten) gerechnet. Die am häufigsten zur Verarbeitung gelangenden Fische sind *Aal, Barsch, Blei, Forelle, Hecht, Karpfen, Plötze, Schlei (Schleie), Zander.*
Die *Grundzubereitungsarten* für Süßwasserfische sind:

Braten,
Backen in Fett,
Dünsten,
Garziehen,
Blaukochen,
Krimpkochen,
Überbacken,
Zubereiten in der Hülle (en papillote).

Beim *Blaukochen* der Fische ist zu beachten, daß sich dafür nur frischgeschlachtete Fische eignen, bei denen die Schleimschicht auf der Haut unbeschädigt ist. Um die Blaufärbung zu erreichen, ist es nicht notwendig, dem Fischsud Essig zuzusetzen. Es wird dazu lediglich siedendes Salzwasser benötigt, in das der Fisch eingelegt und gargezogen wird.
Beim *Krimpkochen* werden frisch geschlachtete Fische auf beiden Seiten bis zur Gräte schräg eingeschnitten, in siedendes Salzwasser eingelegt und gargezogen. Es eignen sich im Gegensatz zum Blaukochen dafür auch geschuppte Fische. Beim Garziehen krümmen sich durch die Vorbehandlung die Fischstücke.
Die Verarbeitung von Süßwasserfischen wird zunehmend dadurch erleichtert, daß die Binnenfischerei Halbfabrikate bereitstellt. Es handelt sich dabei u. a. um garfertigen, portionierten Karpfen und ebensolche Forellen. Diese Erzeugnisse werden gefrierkonserviert geliefert und in gefrorenem Zustand in den Fischsud zum Garziehen gegeben.
Bis auf wenige Ausnahmen sind Süßwasserfische nicht fettreich; sie sind deshalb gut geeignet, den Fettanteil in den verschiedenen Gerichten niedrig zu halten.

Aal, blau

Aal portionieren, in siedendes Salzwasser einlegen, garziehen, trocken anrichten, zerlassene Butter extra. Kann auch mit brauner Butter gegeben werden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Butterkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Aal, grün

Garfertigen Aal portionieren (gut entbluten), in siedendes Salzwasser einlegen, garziehen, trocken anrichten, mit grüner Soße (Fischweißweinsoße mit viel gehackten Kräutern) soßieren.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Butterkartoffeln, Gurkensalat, Salatteller.



Aal in Champignonsoße

Garfertigen Aal portionieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten anbraten, in würziger Champignonsoße garziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Schinkenreis, Butterreis, Blumenkohl, junge Erbsen, Salatteller.

Aal in Meerrettichsoße (Spreewälder Art)

Garfertigen Aal portionieren, in siedendes Salzwasser einlegen, garziehen, anrichten und mit Meerrettichsoße (aus Fischfond zubereitet) soßieren, mit Mixed Pickles oder Scheiben von saurer Gurke umlegen.

Hinweis: Der Aal kann auch in Meerrettichsoße gargezogen werden.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Béchamelkartoffeln, Gurkensalat, Sauerkrautsalat, gemischter Salat.

Aal mit Backpflaumen

Garfertigen Aal portionieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten anbraten, in Weißweinsoße (mit Fischfond zubereitet) mit vorher entsteinten, eingeweichten Backpflaumen garziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Semmelklöße, Mehlklöße, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat, Bohnensalat.

Aal mit Dillsoße

Zubereitung wie Aal, grün, jedoch die Weißweinsoße mit viel gehacktem Dill abschmecken und mit saurer Sahne vollenden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Reis, Salzkartoffeln, Semmelklöße, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Aal, Spreewälder Art

Siehe Aal in Meerrettichsoße.

Äsche

Zubereitung wie Forelle (siehe dort).

Barbe (Flußbarbe), gebacken

Garfertige Barbe als Schnitte portionieren, durch Backteig ziehen (oder in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren), in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalte garnieren. Remoulade oder Tatarensoße extra.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Salzkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Salatteller.

Barsch, blau

Zubereitung wie Karpfen, blau (siehe dort).

Barsch, gebacken

Barschfilet marinieren in Zitronensaft und gehackter Petersilie, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten, Zitronenspalten extra.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Bierkarpfen

Siehe Karpfen in Biersoße.

Blei (Bleie)

Zubereitung wie Karpfen (siehe dort).

Butterkarpfen

Siehe Karpfen mit Butter.

Flußbarbe

Siehe Barbe.

Forelle, blau

Garfertige Forelle an der Mittelgräte knicken, in siedendes Salzwasser geben, garziehen, trocken anrichten, zerlassene oder frische Butter und Sahnemeerrettich, Apfelmeerrettich oder Zitronenmeerrettich extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Schloßkartoffeln, Salzkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Hinweis: Um die Blaufärbung zu erreichen, ist die Zugabe von Essig an den Fischsud nicht notwendig, jedoch ist darauf zu achten, daß die Schleimschicht auf der Haut erhalten ist.

Forelle, gebacken

Von garfertiger Forelle Kopf und Schwanz abschneiden, halbieren, in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot (kann mit Reibekäse vermischt werden) panieren, in Fett backen, trocken anrichten, tomatisierte braune Grundsoße mit angebratenen Schinkenwürfeln extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Pommes frites, Strohkartoffeln, Macairekartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Forelle, gebraten (Müllerin-Art)

Garfertige Forelle (größere Fische von den Seiten her auf beiden Seiten schräg einschneiden), salzen, mehlieren, auf beiden Seiten saftig braten, in Butter nachbraten, Forelle anrichten, im Bratfett gehackte Petersilie anschwenken und über die Forelle geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Forelle, gedünstet

Forelle in Fischfond und Weißwein dünsten, Gräten entfernen, anrichten und holländische Soße (mit dem Dünstfond abgeschmeckt) darübergeben, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Semmelklößchen, Butterreis, Spargel, Champignons, Blumenkohl, junge Erbsen, Kopfsalat, gemischter Salat.

Forelle, gefüllt

Garfertige Forelle in Zitronensaft und Kräutern marinieren, mit einer Fischfarce, die mit Champignonwürfeln, Tomatenwürfeln, Zwiebelwürfeln und Ei vermischt ist, füllen, zustecken, in gefettete, feuerfeste Form einsetzen, mit Fischfond und Weißwein angießen und dünsten. Im Gargefäß servieren. Choronsoße oder holländische Soße extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Reis, Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Salatteller.

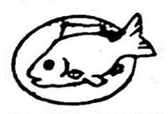
Forelle, gefüllt und gebacken

Garfertige Forelle mit Zitronensaft, gehackter Petersilie und Salz würzen, mit einer Semmelfarce, die mit goldgelb gebratenen Zwiebelwürfeln und gehackten Pilzen vermengt ist, füllen, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit Fett einpinseln und im Ofen backen. Im Gefäß servieren, Zitronenspalten und Kräuterbutter extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Strohkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat, Chicoréesalat.

Forelle in der Hülle

Garfertige Forelle salzen, mit Kräuterbutter füllen, in gefettete Folie einschlagen,



in der Backröhre oder im Grill garen. In der ungeöffneten Folie anrichten.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Forelle in Kaviarsoße

Garfertige Forelle in Fischfond und Weißwein dünsten, Weißweinsoße unter Verwendung des Dünstfonds herstellen, mit Zitrone nachschmecken, mit rotem Kaviar vermengen und die Forelle beim Anrichten damit soßieren.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Schloßkartoffeln, Spargel, Blumenkohl, Salatteller.

Forelle in Rotwein

Forelle in Fischfond mit Zitronensaft und feingehackten Schalotten dünsten, aus dem Dünstfond Rotweinsoße (mit Thymian abgeschmeckt) herstellen, die angerichtete Forelle damit soßieren.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Champignonreis, Risi-Pisi, Blumenkohl, junge Erbsen, Salatteller.

Forelle in Sahne

Garfertige Forelle mit gehackter Petersilie, Zitronensaft, Pfeffer und Salz würzen, in eine gefettete Form einsetzen, mit Schnittlauch bestreuen, mit Apfelwein angießen, dünsten. Flüssige Schlagsahne darübergeben, mit Reibebrot bestreuen, kurz überbacken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Reis, Spinat, gedünsteter Chicorée, Blumenkohl, Champignons, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Forellenfilets mit Krabben (oder Garnelen)

Garfertige Forelle in Fischsud und Weißwein dünsten, filetieren, Filets in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit Krabbenragout bedecken, mit Weißweinsoße überziehen, mit Butterflöckchen belegen, überbacken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Spargel, Blumenkohl, Kremchampignons, Spinat, junge Erbsen, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Forelle, mit Mandeln gespickt

Garfertige Forelle in Zitronensaft, gehackter Petersilie und Öl marinieren, schräg auf beiden Seiten bis zur Mittelgräte einschneiden, salzen, mit Öl bepinseln, grillen, kurz vor Abschluß des Grillens mit Mandelsplittern spicken und fertig garen. Sahnesoße mit gedünsteten Tomatenwürfeln extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Schloßkartoffeln, Pommes frites, Reis, junge Erbsen, Spinat, Blumenkohl, Gurkensalat, Salatteller.

Hausen

Störart, Zubereitung siehe unter Stör.

Hecht, gesotten

Geschuppten, portionierten Hecht in Fischfond mit Weißwein garziehen, trocken anrichten, mit gedünsteten Gemüsen belegen, mit gehackter Petersilie bestreuen, frische oder braune Butter und Sahne- oder Apfelmeerrettich extra.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Gurkensalat, Kopfsalat, Salatteller.

Hecht in Marksoße

Geschuppten, portionierten Hecht in Fischfond mit Rotwein garziehen, trocken anrichten, mit Marktunke (unter Verwendung von Fischsud hergestellt) soßieren.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Petersiliekartoffeln, Schinkenreis, Risi-Pisi, Butterreis, Spinat, Blumenkohl, Spargel, Rosenkohl, junge Erbsen, Gurkensalat, Kopfsalat, Salatteller.

Hecht in Meerrettichsoße (Spreewälder Art)

Hechtschnitten salzen und mehlieren, mit Zwiebelwürfeln anbraten, Fischfond und Kondensmilch angießen, dünsten. Aus dem Dünstfond Meerrettichsoße herstellen und die Hechtschnitte damit soßieren. Mit Scheiben von Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Sauerkrautsalat mit Apfel, Salatteller.

Hechtklößchen in Dill

Hechtfarce aus entgrätetem Hechtfleisch, in Milch geweichtem Weißbrot, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Ei, Sahne, Pfeffer und Salz herstellen, Klößchen abstechen, in Fischfond garziehen, aus dem Fond Dillsoße herstellen und die Fischklößchen einlegen.

Beilage: Salzkartoffeln, Risi-Pisi, Butterreis, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Fischklößchen können auch in Dillsoße gargezogen werden.

Hechtschnitte, gebacken

Hechtschnitte in Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren und in Fett backen. Trocken anrichten, Rotweinsoße aus Tomatenketchup, edelsüßem Paprika und Rotwein extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Pommes frites, Salzkartoffeln, Reis, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Hechtschnitte kann auch durch Backteig gezogen und gebacken werden.

Hechtschnitte in Sahne

Hechtschnitte salzen und pfeffern, mehlieren, auf beiden Seiten anbraten, auf gedünstete Gemüsepaprikastreifen und Zwiebelscheiben geben, mit edelsüßem Paprika würzen, mit Fischfond und Weißwein angießen, dünsten. Dünstfond mit Fischsahnesoße vermischen und über die Hechtschnitte geben.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Semmelklößchen, Butterreis, Risi-Pisi, Spätzle, Spinat, junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Porreegemüse, gedünsteter Chicorée, Kopfsalat, gemischter Salat.

Karpfen auf Letscho (Lecsós ponty)

Garfertigen Karpfen portionieren, auf beiden Seiten rasch anbraten, auf Letscho (Import Ungarische VR), das mit Speck- und Zwiebelwürfeln angeschwitzt wurde, dünsten, Fischfond angießen und garen.

Beilage: Mehlnocken, Reis, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Karpfen, blau

Karpfenportionen in siedendes Salzwasser geben (beachten, daß die Schleimschicht auf der Haut nicht entfernt ist), garziehen. Trocken anrichten, Sahne- oder Apfelmeerrettich und zerlassene Butter extra.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Rotkohl, Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, dem Fischsud Essig zuzusetzen und Suppengemüse (Möhre, Sellerie, Zwiebel) beizufügen. Um die Blaufärbung des Karpfens auf der Haut zu erreichen, ist jedoch die Zugabe von Essig nicht erforderlich.



Karpfen, gebacken

Portionierten Karpfen entweder in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren oder durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalte und Petersilie garnieren, mit Curry verrührtes Tomatenketchup extra.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Pommes frites, Risi-Pisi, Butterreis, junge Erbsen, Blumenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Karpfen in Biersoße (polnische Art)

Portionierten Karpfen in gefettetes Gargefäß auf Zwiebelscheiben, Lorbeerblatt und Thymian geben, salzen, mit Fischfond, Bier und etwas Essig angießen, aufkochen und garziehen. Den Fond mit Soßenlebkuchen binden, mit Zucker, Salz, Pfeffer und etwas Rotwein abschmecken, geweichte Sultaninen als Einlage geben, den angerichteten Karpfen damit soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat, rote Bete.

Hinweis: Unter der Bezeichnung Karpfen, polnisch, sind mehrere, von der vorstehenden Grundzubereitung auch geringfügig abweichende Zubereitungen bekannt.

Karpfen in Paprika (Paprikakarpfen)

Karpfenportionen salzen, mehlieren, auf beiden Seiten anbraten, Paprikasoße angießen, aufkochen, garziehen, Streifen von gedünstetem Gemüsepaprika und Tomatenwürfel untermengen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Reis, Mehlnocken, Semmelklöße, Spirelli oder andere Teigwaren, Blumenkohl, Rotkohl, Mischgemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Karpfen in Tomate (Tomatenkarpfen)

Karpfenportionen in Fischfond garen, mit dem Fischfond Tomatensoße herstellen, angebratene Würfel von magerem Speck dazugeben, Karpfen darin durchziehen lassen.

Beilage: Reis, Teigwaren, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Blumenkohl, Mischgemüse, Porreegemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Karpfen mit Butter (Butterkarpfen)

Karpfenportionen in Fischsud mit Suppengemüse garen, anrichten, mit gedünsteten Gemüsestreifen bestreuen, mit frischer Butter belegen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Paprikakartoffeln, Mischgemüse, Blumenkohl, Spinat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Karpfen, polnisch

Siehe Karpfen in Biersoße.

Karpfen vom Grill

Garfertige, kleine Karpfen längs halbieren, von der Seite bis zur Gräte mehrmals schräg einschneiden (ziselieren), in Öl, Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, salzen, mit Öl bepinseln, grillen, trocken anrichten, Kräuterbutter und Zitronenspalten extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Zwiebelbratkartoffeln, Kopfsalat, Chicoréesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Lachs, gebraten

Lachsschnitte in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, salzen, mehlieren, langsam auf beiden Seiten braten, im Bratfett gehackte Petersilie, Kapern und Zitronensaft schwenken, über die angerichtete Lachsschnitte geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Risi-Pisi, Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, Spinat, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Lachs in Weißwein

Lachsmittelstück kräftig salzen und pfeffern, mit Zwiebelscheiben, Basilikum, entkernten und geschälten Zitronenscheiben, Petersilie und Lorbeerblatt in Kochbeutel geben, in Salzwasser garziehen, anrichten und mit Weißweinsoße soßieren, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Salzkartoffeln, Macairekartoffeln, Butterreis, Tomatenreis, Champignonreis, Reiskroketten, Blumenkohl, Spargel, Kremchampignons, junge Erbsen, Kopfsalat, Gurkensalat, Champignonsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Lachs in Weißwein kann auch aus Lachsschnitten hergestellt werden.

Lachs mit holländischer Soße

Lachsschnitte in Fischfond mit Suppengemüse und Weißwein garziehen, trocken anrichten, kräftig mit Zitronensaft abgeschmeckte holländische Soße darübergeben.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, grüne Bohnen, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Lachs mit Kaviarsoße

Lachsschnitte in Fischfond mit Weißwein garen, aus dem Fond Weißweinsoße herstellen, mit rotem Kaviar vermengen, die Lachsschnitte damit soßieren.

Beilage: Reis, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Spargel, Kremchampignons, junge Erbsen, gedünsteter Chicorée, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Für die Zubereitung von Lachs in Kaviarsoße kann auch Lachs im eigenen Saft (Konserve, Import aus der UdSSR) verwendet werden.

Lachs vom Rost

Lachsschnitten in Zitronensaft, gehackter Petersilie und Öl marinieren, salzen, mit Öl bepinseln, auf dem Rost garen, trocken anrichten, mit Kräuterbutter belegen, Zitronenspalten extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Salzkartoffeln, Risi-Pisi, Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Lachsforelle

Zubereitung wie Forelle (siehe dort).

Lecsos ponty (Ungarische VR)

Siehe Karpfen auf Letscho.

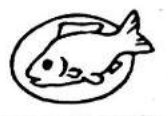
Matrosengericht (Grundzubereitung)

Würfel von Fischfilet auf Würfelzwiebel und angebratenen Würfeln von magerem Speck dünsten, mit Rot- oder Weißwein angießen, mit Fischsoße (Fischvelouté) auffüllen, garen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft pikant abschmecken. Als Einlage können noch Pilze, Perlzwiebeln, Krabbenschwänze verwendet werden.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Reis, Semmelklöße, Mehlnocken, Brot, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Paprikakarpfen

Siehe Karpfen in Paprika.



Sahnekarpfen

Siehe Karpfen in Sahne.

Schlei (Schleie)

Zubereitung wie Forelle (siehe dort).

Stör, gedünstet

Garfertigen Stör portionieren, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit Fischfond und saurer Sahne angießen, unter ständigem Begießen in trockener Hitze im Bratofen garen.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Reis, Brot, Tomatensalat, Krautsalat, Sauerkrautsalat, gemischter Salat.

Störspieß, gegrillt

Filetierten Stör in gulaschartige Stücke schneiden, in Zitronensaft, feingeschnittener Zwiebel und Öl marinieren, salzen, abwechselnd mit Zwiebelscheiben auf Spieß stecken, grillen. Auf gedünsteten Tomatenwürfeln anrichten.

Beilage: Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Reis, rote Bete, Salatteller.

Tomatenkarpfen

Siehe Karpfen in Tomate.

Zander, gebraten

Garfertigen Zander portionieren, in Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten langsam goldgelb braten, in Butter nachbraten und im Bratfett gehackte Petersilie anschwenken, Bratfett über den angerichteten Zander geben.

Beilage: Pommes frites, Salzkartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelsalat, Blumenkohl, junge Erbsen, Spinat, gemischter Salat.

Zander, im Ofen gebacken

Garfertigen Zander auf beiden Seiten mehrmals schräg bis zur Mittelgräte einschneiden (ziselieren), salzen, in mit edelsüßem Paprika vermengtem Mehl mehlieren, auf beiden Seiten anbraten, im Ofen in trockener Hitze garen. Trocken anrichten, mit Zitronenspalten und Petersilie garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln oder andere gebackene Kartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Zander in Senfbutter

Zanderschnitte in Fischfond mit Weißwein garen, trocken anrichten, mit Senfbutter (zerlassene Butter mit Senf verrührt) übergießen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelplätzchen, Macairekartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Zander in Weißwein

Zanderschnitte in Fischfond mit Weißwein garen, trocken anrichten, mit Weißweinsoße (unter Verwendung des Fischfonds hergestellt) soßieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Butterreis, Blumenkohl, Spargel, Champignons, junge Erbsen, Kopfsalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

5.4. Gerichte aus Krebsen

Gerichte aus Krebsen werden aus *Hummer, Languste, Langostino, Garnele, Krabbe, Shrimps, Scampi* und ähnlichen Meerestieren sowie Krebsen aus Binnengewässern hergestellt. Infolge des geringen Aufkommens an Krebsen zählen diese Gerichte nicht zum Standardsortiment. In den meisten Fällen erfolgt die Zubereitung als Vorspeise oder Zwischengericht, häufig als kalt zu verzehrende Zubereitung (siehe 1.2.6. Kalte Vorspeisen oder 1.3.4. Warme Vorspeisen auf der Basis von Krebsen und Weichtieren). Krebse werden fast immer küchenfertig geliefert. Soweit sie lebend geliefert werden (z. B. Hummer), sind sie vor der weiteren Verarbeitung durch rasches Eintauchen in siedendes Wasser zu töten.

Die häufigsten *Zubereitungen* sind das *Kochen* (Garziehen), *Backen* bzw. *Überbacken* und die Zubereitung als *Ragout* sowie das *Dünsten.*

Garnelencurry

Garfertige Garnelenschwänze mit Zwiebelwürfeln in Öl anschwitzen, mit Fischcurrysoße angießen, garziehen, kurz vor Abschluß des Garvorgangs geraspelte Äpfel untermengen und zu Ende garen. In einem Rand aus körnig gekochtem Reis anrichten.

Beilage: Gurkensalat, Kopfsalat, Salatteller.

Garnelen, gebacken

Garfertige Garnelenschwänze durch mit gehacktem Dill vermengten Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten und Petersilie garnieren, Tomatenketchup extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Reis, Tomatensalat, Chicoréesalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Als Backteig kann auch Weinteig verwendet werden, dessen Zubereitung wie Bierteig erfolgt, bei dem jedoch das Bier durch Weißwein ersetzt wird.

Garnelen-Jambalaya

Zwiebelwürfel, Gemüsepaprikastreifen und geriebenen Knoblauch in Öl anschwitzen, Tomatenmark, Wasser und angeschwitzte Schinkenwürfel sowie Reis zugeben, gemeinsam garen, kurz vor Abschluß des Garvorgangs gedünstete Garnelenschwänze untermengen und gemeinsam ziehen lassen. Mit Paprika und Salz abschmecken.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Hummer, amerikanisch

Siehe Hummer, geschmort.

Hummer, gekocht

Hummer in sprudelndes Wasser (mit Salz und Kümmel und evtl. auch Dill gewürzt) geben, kochen, im Fond erkalten lassen. Die Kochzeit beträgt nach dem Wiederaufkochen für einen Hummer von 600 · · · 700 g etwa 20 Minuten.
Nach dem Erkalten wird der Hummer vornehmlich für kalte Speisen weiterverarbeitet.

Hummer, geschmort (amerikanisch)

Hummer in kochendem Wasser rasch töten, Schwanz und Körper halbieren, Hummermark herausnehmen und zur Seite stellen. Hummerhälften auf in Öl und Butter angeschwitzte Zwiebelwürfel geben, salzen, anschwitzen, Fett abschütten, mit Weinbrand flambieren, Weißwein, Fischfond, zerdrückten Knoblauch und Tomaten-



püree zugeben, etwa 20 Minuten ziehen lassen. Den Fond mit Demiglace, Butter und dem Hummermark zu einer Soße verrühren und über die Hummerhälfte geben.

Beilage: Pommes frites, Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Reis, Spargelsalat, Kopfsalat, Salatteller.

Hummer in Madeira (Newburg)

Gegartes Hummerfleisch in Scheiben schneiden, in Butter anschwenken, mit Weinbrand ablöschen, mit Madeira angießen, reduzieren. Fond mit Sahne und Eigelb binden, vorsichtig etwas frische Butter untermischen, über das Hummerfleisch geben.

Beilage: Butterreis, Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat in Zitronendressing, Champignonsalat, Salatteller.

Hinweis: Es sind auch geringfügig abweichende Zubereitungen unter gleicher Bezeichnung möglich.

Hummer Newburg

Siehe Hummer in Madeira.

Krabbencurry

Konservierte Krabbenschwänze gut abspülen, in Öl anschwitzen, Tomatenwürfel zugeben, dünsten, zuletzt Currysoße auffüllen und durchschwenken.

Beilage: Reis, Kartoffelbrei, Mandelkroketten, Kopfsalat, Gurkensalat mit Dill, Salatteller.

Krabben, gebacken

Konservierte Krabbenschwänze gut abspülen, in Zitronensaft, gehacktem Dill und Worcestersauce marinieren, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren oder durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, Senfremoulade oder Tatarensoße extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Krabbenpaprikasch

Konservierte Krabbenschwänze gut abspülen, auf Würfeln von magerem Speck, Zwiebelwürfeln, Streifen von rotem und grünem Gemüsepaprika dünsten, zuletzt in paprizierter Tomatensoße schwenken und im Reisrand anrichten.

Beilage: Gurkensalat mit Dill, Chicoréesalat, Salatteller.

Krebse, gedünstet

In siedendem Wasser getötete Krebse mit Suppengemüse in Butter dünsten, mit Weinbrand flambieren, mit heller Fischsoße (Fischvelouté) angießen, aufkochen, beim Anrichten mit gehacktem Dill bestreuen.

Beilage: Butterkartoffeln, Reis, Toast, Salatteller.

Krebse, gekocht (in der Terrine)

Krebse in Salzwasser mit Kümmel und evtl. Dill kochen und mit etwas Kochfond in einer Terrine servieren.

Krebse in der Terrine

Siehe Krebse, gekocht.

Krebse in Rahm

Gegartes Krebsfleisch anschwitzen, Champignonscheiben und feingeschnittene Zwiebelwürfel dazugeben, mit Brühe und Weißwein dünsten, feingeschnittenen Dill, Zitronensaft und ungeschlagene Sahne unterziehen, im Reisrand anrichten.

Beilage: Gurkensalat, Chicoréesalat, Salatteller.

Krebsschwänze in Dill

Ausgebrochene Krebse in einer Dillsoße (unter Verwendung des Kochfonds der Krebse) ziehen lassen, mit frischer Butter vollenden.

Beilage: Butterreis, Risotto, Schinkenreis, Risi-Pisi, Salatteller.

Languste, überbacken

Gegartes Langustenfleisch in Scheiben schneiden, in einem gefetteten, feuerfesten Geschirr (oder den Langustenschalen) auf Curryreis anrichten, mit Champignonscheiben belegen, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Beilage: Kopfsalat, Champignonsalat, Tomatensalat, Salatteller.

Langusten-Jambalaya

Zubereitung wie Garnelen-Jambalaya (siehe dort), jedoch anstelle Garnelenfleisch Langustenfleisch verwenden.

Beilage: Kopfsalat, Spargelsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Salatteller.

Langustenragout

Langustenfleisch in Butter anschwitzen, Champignonscheiben, edelsüßen Paprika und trockenen Dessertwein unterschwenken, dünsten, mit Eigelb und Sahne legieren.

Beilage: Curryreis, Butterreis, Risotto, Tomatenreis, Petersiliekartoffeln, Schloßkartoffeln, junge Erbsen, Spargel, Blumenkohl, Salatteller.

Meereskrebs

Siehe Scampi.

Scampi, gebacken

Gegarte Scampischwänze (Gefrierkonserve) ausbrechen, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren oder durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren, Tomatensoße extra.

Beilage: Risi-Pisi, Schinkenreis, Champignonreis, Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Salatteller.

Scampireis

Gegarte, ausgebrochene Scampischwänze unter halbgaren Risotto mengen, gemeinsam garen. Kuppelförmig anrichten, ringsum Tomatensoße geben.

Beilage: Champignonsalat, Blumenkohlsalat, Spargelsalat, Salatteller.

5.5. Gerichte aus Weichtieren

Gerichte aus Weichtieren werden aus *Austern* sowie verschiedenen *Muschelarten* (Miesmuscheln, Sankt-Jakobs-Muscheln), *Schnecken, Froschschenkeln, Schildkrötenfleisch* u. a. zubereitet. Infolge des geringen Aufkommens an Weichtieren zählen solche Gerichte nicht zum Standardsortiment. Meist erfolgt die Verarbeitung zu kalten Vorspeisen (siehe 1.2.6. Kalte Vorspeisen auf der Basis von Fischen, Krebsen und Weichtieren) sowie auch zu warmen Vorspeisen oder Zwischengerichten (siehe 1.3.4. Warme Vorspeisen auf der Basis von Fischen, Krebsen und Weichtieren).
Grundzubereitungen sind das *Backen in Fett,* das *Überbacken* und *ragoutartige* Zubereitungen.



Austernauflauf

Pochierte Austern mit Béchamelsoße binden, mit Austernfond ergänzen, mit Eigelb und Reibekäse vermengen, Eierschnee unterziehen, in feuerfestem Geschirr backen. Wird im Backgeschirr serviert.

Beilage: Butterreis, Curryreis, Champignonreis, Schwarzbrot, Kopfsalat, Salatteller.

Gebackene Muscheln

Siehe Muscheln, gebacken.

Matrosengericht aus Muscheln

Gegarte Muscheln (Konserve, Import aus der UdSSR) in Weißwein dünsten, feingeschnittene Schalotten zugeben und gemeinsam dünsten, mit Mehlbutter binden, mit Zitrone abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Butterreis, Risotto, Curryreis, Schinkenreis, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Salatteller.

Muscheln, gebacken

Vorbereitete, gegarte Muscheln durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten und Petersilie garnieren, Tomatenketchup extra.

Beilage: Pommes frites, Pommes chips, Craeker, Toast, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Muscheln im Reisrand

Gegarte Muscheln mit Zwiebelwürfeln, Tomatenwürfeln und Gemüsepaprikastreifen in Öl dünsten, mit Weißweinsoße angießen, mit Zitronensaft und Pfeffer nachschmecken, kurz dünsten, im Reisrand anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Chicoréesalat, Tomatensalat, Salatteller.

Beispiele für Gerichte aus Austern und Muscheln

Muscheln in Tomate

Gegarte Muscheln auf Zwiebelwürfeln in Öl dünsten, mit Tomatenmark, edelsüßem Paprika und Muschelfond auffüllen, durchschwenken, mit etwas zerquetschtem Knoblauch oder Knoblauchpulver geschmacklich abrunden.

Beilage: Kartoffelpüree, Macairekartoffeln, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Butterreis, Champignonreis, Schinkenreis, Reiskroketten, gedünstete Auberginen, gedünsteter Chicorée, gedünsteter Gemüsepaprika, Kopfsalat, Salatteller.

Muscheln in Weißwein

Gegarte Muscheln in Weißweinsoße geben, ziehen lassen, mit Zitronensaft abschmecken, in Reisrand anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit gedünsteten Champignonköpfen garnieren.

Beilage: Kopfsalat, Blumenkohlsalat, Spargelsalat, Salatteller.

Beispiele für Gerichte aus Froschschenkeln, Schnecken, Schildkröte

Froschschenkel, gebacken

Garfertige Froschschenkel (Konserve, Import aus der SR Rumänien oder der VR China) in Zitronensaft, gehackter Petersilie und feinen Zwiebelwürfeln marinieren, abtrocknen, salzen, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, in heißer Butter anschwenken, trocken anrichten, mit Petersilie garnieren, Tatarensoße, Cambridge-Soße oder Tomatenmayonnaise extra, ebenso Zitronenspalten.

Beilage: Pommes frites, Mandelkroketten, Petersiliekartoffeln, Toast, Tomatensalat, Salatteller.

Froschschenkel, gebraten

Garfertige Froschschenkel salzen und pfeffern, mehlieren, in Butter langsam braten, mit Bratbutter anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit Zitronenspalten garnieren.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Champignonreis, Spargelsalat, Blumenkohlsalat, Salatteller.

Froschschenkel in Weißwein

Froschschenkel in Weißwein dünsten, Zwiebelsoße angießen, gedünstete Champignons zugeben, gemeinsam ziehen lassen.

Beilage: Schloßkartoffeln, Kartoffelbrei, Curryreis, Schinkenreis, Champignonreis, Reiskroketten mit Mandeln, Chicoréesalat, Zwiebelsalat, Kopfsalat, Salatteller.

Froschschenkel, überbacken

Garfertige Froschschenkel in Weißwein, Knoblauchpulver und gehacktem Dill marinieren, salzen, mehlieren, auf beiden Seiten goldgelb anbraten, Weißweinsoße und Champignons dazugeben, garziehen, in Rand aus Kartoffelbrei anrichten, mit Reibekäse bestreuen, Kartoffelbreirand mit Eigelb bestreichen, überbacken.

Beilage: Kopfsalat, Salatteller.

Schildkröte, gebacken

Gegartes Schildkrötenfleisch (Konserve) durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten, gebackener Petersilie und gegrillter Tomate garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Zwiebelbratkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Salatteller.

Schildkrötenragout

Schildkrötenfleisch (Konserve) würfeln, in Rotweinsoße mit Gemüsejulienne dünsten, mit Thymian und Knoblauchpulver abschmecken, gedünstete Champignons und Geflügelklößchen unterschwenken, durchziehen lassen.

Beilage: Macairekartoffeln, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Curryreis, Reiskroketten, gedünstete Auberginen, Zwiebelgemüse, Porreegemüse, gedünstete Porreestangen, gedünsteter Chicorée, Gemüsepaprikasalat, Salatteller.

Schneckenfondue

Die Schneckenfondue wird am Tisch – in der Regel vom Gast selbst – zubereitet. Folgende Vorbereitungen sind erforderlich: Abgetropfte Schnecken aus der Konserve in einem gefälligen Gefäß anrichten, in ein gleiches Gefäß Backteig oder zerrührtes Ei geben, alles mit einem Fonduetopf mit heißem Öl sowie mit einem Spiritusrechaud servieren.
Der Gast spießt immer eine Schnecke auf die Fonduegabel, zieht sie durch den Backteig und bäckt sie in Fett. Danach wird sie mit würzigen Zutaten, wie Choronsoße, Curryketchup, Knoblauchmayonnaise, Senffrüchten, Gewürzgürkchen, Oliven, verzehrt.

Beilage: Pommes frites, Craeker, verschiedene Brotsorten, Salatteller.

Schnecken, gebacken

Schnecken aus der Konserve abtropfen lassen, mit gehackten Schalotten, Knoblauchpulver und Weißwein anschwenken, abtropfen, durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten und gebackener Petersilie garnieren, Tomatenmayonnaise, Choronsoße oder Tomatenketchup extra.



Beilage: Pommes frites, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Oliven, Spargelsalat, Champignonsalat, Kopfsalat, Salatteller.

Schnecken in Essig-Öl-Tunke

Gegarte Schnecken kurz in Weißwein dünsten, mit Essig, Öl, Kapern durchschwenken, in diesem Fond anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Curryreis, Reiskroketten, Krautsalat, Zwiebelsalat, Grüne-Bohnen-Salat, Kopfsalat.

Schnecken in Kräuterbutter

Gegarte Schnecken (Konserve) mit wenig Fond in die gesäuberten Schneckenhäuser einsetzen, mit Kräuterbutter zustreichen, in eine Schneckenpfanne oder in eine andere, dick mit Salz ausgefüllte Pfanne einsetzen, in trockener Hitze backen. In der Schneckenpfanne servieren.

Beilage: Toast, Graubrot, Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Salatteller.

Schnecken in pikanter Knoblauchsoße

Gegarte Schnecken kurz in Weißwein mit feingeschnittener Zwiebel dünsten, mit dem Fond aus der Konserve angießen, ziehen lassen, im Fond anrichten, Joghurtmayonnaise, mit Kapern und Knoblauchpulver abgeschmeckt, extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Zwiebelbratkartoffeln, Curryreis, Rosenkohlsalat, Zwiebelsalat, Gemüsepaprikasalat, Chicoréesalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schnecken in Sahne

Schnecken (aus der Konserve) abtropfen lassen, mit feingeschnittener Zwiebel in Öl anschwitzen, mit Mehl und edelsüßem Paprika anstäuben, mit Sahne angießen, durchkochen, mit Eigelb legieren.

Beilage: Champignonreis, Schinkenreis, Butterreis, Curryreis, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Schloßkartoffeln, Blumenkohlsalat, Champignonsalat, Spargelsalat, Salatteller.

5.6. Gerichte aus Fischhackmasse

Gerichte aus Fischhackmasse lassen sich in der gleichen Vielfalt herstellen wie solche auf der Basis einer Hackmasse aus Schlachtfleisch. Ähnlich wie bei diesen kann die Hackmasse in unterschiedlicher Zusammensetzung hergestellt werden. Im allgemeinen werden die Fischhackmassen auf der Basis von Seefisch hergestellt, jedoch eignet sich auch Süßwasserfisch dafür. Zu bevorzugen sind fettarme Fische für die Hackmassenzubereitung. Die *Grundzubereitungsarten* für Komponenten aus Fischhackmasse sind das *Braten* als Bratklops, Brisoletten u. dgl. oder als Fischhackbraten, das *Garziehen* als Klops, das *Grillen* als Fischröllchen oder Würstchen, das *Schmoren* in Weißkohl oder Gemüsepaprika und *ragoutartige* Zubereitungen. Im Gegensatz zu Hackfleischzubereitungen zeichnen sich Fischhackmassen durch einen niedrigeren Fettgehalt aus und sind bis auf einige Zubereitungen auch leichter verdaulich.

Fischhackmasse I

Kabeljaufilet ohne Haut zweimal wolfen (einmal mit grober und einmal mit feiner Scheibe), mit feinwürfligen, in Speck angebratenen Zwiebelwürfeln, gehackter Petersilie, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Paprika und in Milch geweichtem Weißbrot zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten.

Fischhackmasse II

Kabeljau oder Seelachsfilet zweimal wolfen (einmal mit grober und einmal mit feiner Scheibe) oder nur einmal grob wolfen und dann kuttern. Mit feinzerkleinerter Zwiebel und Speck sowie angerührtem Bramix verarbeiten, mit Majoran, gehacktem Kümmel, Pfeffer, Salz zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten.

Hinweis: Anstelle von Bramix kann als Bindemittel auch zerrührtes Ei verwendet werden.
Zum Abschmecken der Fischhackmasse eignen sich ferner Kapern, gehackte Anchovis, Knoblauch, Thymian.

Fischbratklops

Aus Fischhackmasse Klopse formen, etwas flach drücken und auf beiden Seiten saftig braten. Trocken anrichten und mit Zwiebelsoße oder Paprikasoße soßieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kartoffelkroketten, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Porreegemüse, Frischkostsalat.

Fischbratklößchen auf Sauerkraut

Aus Fischhackmasse Bratklößchen formen, auf beiden Seiten saftig braten, auf Specksauerkraut anrichten, mit gegrillten Scheiben von magerem Speck garnieren, mit Sahnesoße leicht soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Kartoffelkroketten, Pommes frites.

Fischhackbraten

Aus Fischhackmasse Laibe (etwa 1,5 kg) formen, im Brater anbraten, mit Fischbrühe angießen, garschmoren. Aus dem Fond Sahnesoße, Paprikasoße oder Tomatensoße zubereiten und über den in Scheiben geschnittenen Fischhackbraten geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Reis, Teigwaren, Mischgemüse, grüne Bohnen, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Sauerkraut, Krautsalat, Tomatensalat, Gurkensalat.

Fischhackbraten, gespickt

Unter Fischhackmasse Streifen von magerem Speck mengen und grob zerkleinerte, marinierte Gemüsepaprikas einarbeiten, Laibe formen und als Fischhackbraten garen. Sahnesoße aus dem Fond zubereiten.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Schinkenreis, Curryreis, Butterreis, Makkaroni.

Fischhackbraten mit Ei gefüllt

Aus Fischhackmasse Laibe vorbereiten, flach drücken, in die Mitte Rührei mit Schinken oder Kräutern oder gekochte Eier geben, die Hackmasse von beiden Seiten über die Füllung schlagen und Laibe formen, in Brater einsetzen, anbraten, mit Fischfond auffüllen, garschmoren. Aus dem Schmorfond Paprikasahnesoße herstellen, die Hackbratenscheiben damit soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Tomatenspaghetti, Reis, Rotkohl, Möhrengemüse, grüne Bohnen, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

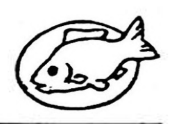
Fischhacksteak mit Ei

Aus Fischhackmasse Steaks formen, in Reibebrot wälzen, langsam auf beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit Setzei belegen, Tomatenketchup extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, junge Erbsen, Blumenkohl, Möhrengemüse, Porreegemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Fischhacksteak mit Tomatensoße

Aus Fischhackmasse Steaks formen, auf beiden Seiten saftig braten, in Tomatensoße



ziehen lassen, auf Makkaroni anrichten, mit Tomatensoße soßieren.

Beilage: Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Fischhacksteak mit Zwiebel

Aus Fischhackmasse Steaks formen, in Reibebrot wälzen, langsam auf beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit in Fett gebackenen Zwiebelscheiben oder -ringen belegen, mit gegrillter Tomate garnieren.

Beilage: Pommes frites, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Blumenkohl, junge Erbsen, grüne Bohnen, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Fischklops (Grundzubereitung)

Aus Fischhackmasse Klopse formen (50···60 g je Stück), in Fischfond garziehen, aus Fischfond Kapernsoße, Tomatensoße, Paprikasoße oder Weißweinsoße herstellen, die angerichteten Klopse damit soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Mischgemüse, junge Erbsen, Porreegemüse, grüne Bohnen, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Fischklößchen in Champignonsoße, überbacken

Aus Fischhackmasse Klößchen formen, in Fischfond garziehen, aus Fischfond Weißweinsoße zubereiten, gedünstete Champignonscheiben und Fischklößchen darin durchziehen lassen, in Rand aus Kartoffelbrei anrichten, mit Reibekäse bestreuen, Kartoffelbreirand mit Eigelb bestreichen, überbacken.

Beilage: Blumenkohl, junge Erbsen, junge Möhren, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Fischklößchen in Paprikasoße

Aus Fischhackmasse Klößchen formen, in Fischfond garziehen, aus dem Fischfond Paprikasoße herstellen, die Fischklößchen darin ziehen lassen, mit saurer Sahne vollenden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Teigwaren, junge Erbsen, Porreegemüse, Mischgemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine weitere Zubereitung besteht darin, die rohen Fischklößchen auf beiden Seiten rasch anzubraten und dann in der Paprikasoße garzuziehen.

Fischkrautroulade (Gefülltes Kraut mit Fisch)

Blanchierte Weißkohlblätter auseinanderlegen, salzen, jedes Blatt mit einer Scheibe magerem Speck und Fischhackmasse belegen, zusammenschlagen, Rouladen formen, in gefettetes Gargefäß einsetzen, andünsten, mit Specksoße angießen und garen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kopfsalat, gemischter Salat.

Fischröllchen im Krautmantel

Fischhackmasse mit Speckwürfel auf blanchierte Rotkohlblätter geben, rollen, mit Tuch abdrehen, auf Speck und Zwiebel mit braunem Grundfond garen, Fond leicht abziehen und wieder über die Fischröllchen geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Semmelklöße, Mehlklöße, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Fischroulade in Chinakohl

Fischhackmasse zu Klopsen portionieren, Röllchen formen, mit magerer Speckscheibe umwickeln, in blanchierte Chinakohlblätter hüllen, in Tomatensoße dünsten.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Speckknödel, Reis, Salatteller.

Fischwürstchen, gegrillt

Geschmeidige Fischhackmasse (mit Ei gebunden) zu Würstchen formen, Würstchen auf dem Grill garen, trocken anrichten, Tomatenketchup mit feingeschnittener Zwiebel vermischt an die Würstchen geben.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Brot, Krautsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Gefüllte Paprika

Siehe Paprika mit Fischhack in Tomate.

Gefülltes Kraut mit Fisch

Siehe Fischkrautroulade.

Kabeljau-Hacksteak mit Kapern

Hackmasse aus Kabeljaufilet, geweichten Brötchen, Petersilie, Zwiebel, Speck und Ei herstellen, Steaks formen, auf beiden Seiten saftig braten, im Bratfett Kapern und Zitronensaft anschwenken, über die Kabeljau-Hacksteaks beim Anrichten geben.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Spinat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Paprikafischklops

Siehe Fischklops.

Paprika mit Fischhack in Tomate

Gemüsepaprika aufschneiden, Samen entfernen, waschen, mit Fischhackmasse füllen, in gefettetem Gargefäß andünsten, mit Tomatensoße angießen, garen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Kopfsalat, gemischter Salat.

Seelachsbrisoletten

Seelachsfilet mit gekochten Kartoffeln durch den Wolf geben, mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Majoran, gehackter Petersilie, Pfeffer und Salz würzen, zu einer geschmeidigen Hackmasse verarbeiten, Brisoletten formen, in Reibebrot wälzen, langsam saftig braten.

Beilage: Kartoffelsalat, Kartoffelbrei, Pommes frites, Pommes chips, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Tomatenfischklops

Siehe Fischklops.



6. Gerichte aus Geflügel

6.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Gerichte aus Geflügel

Die Gruppe umfaßt Gerichte aus *Huhn, Hähnchen* und *Broiler, Ente, Gans, Pute* und *Taube,* also aus dem sog. Haus- oder Schlachtgeflügel. Gerichte aus Wildgeflügel sind der Gruppe Wild zuzuordnen. Geflügelgerichte bestehen aus einer charakterbestimmenden Geflügelfleischkomponente unterschiedlicher Zubereitung, Sättigungsbeilage und Salat- oder Gemüsebeilage. Es kann sowohl eine Gemüse- als auch eine Salatbeilage zur Komplettierung gegeben werden.

Die *Zubereitungsarten* für die einzelnen Geflügelarten sind unterschiedlich. Es können im Prinzip alle Garmachungsarten angewendet werden. Am häufigsten erfolgt die Zubereitung durch *Braten, Grillen, Backen in Fett* oder *ragoutartig.*

Durch die garfertige Vorbereitung, die für fast alles Geflügel bereits in den Geflügelschlachthöfen der Land- und Nahrungsgüterwirtschaft erfolgt, ist die Herstellung von Geflügelgerichten weniger arbeitsaufwendig geworden. Geflügel steht unterschiedlich küchenfertig vorbereitet (als garfertiger Rumpf, als Keulen, Brust, als Kleinfleisch zerlegt oder auch verschiedene Teile des Geflügelkleins getrennt, wie Leber, Mägen, Herzen) meist gefrierkonserviert zur Verfügung. Erheblich bereichert wurde das Geflügelangebot in den letzten Jahren durch Broiler. (siehe 6.3. Gerichte aus Broiler und Hähnchen).

Geflügelfleisch wird im allgemeinen als sogenanntes Weißfleisch bezeichnet, obwohl das exakt nur auf Hühner-, Hähnchen-, Broiler- und teilweise Putenfleisch zutrifft. Diese Arten sind leicht verdaulich und fettarm. Dunkleres Fleisch weisen Ente und Gans auf, die auch einen erheblich höheren Fettgehalt haben. Infolge dieser Unterschiede in Nährwert und Zusammensetzung können Geflügelgerichte auch sehr verschieden in bezug auf Energiegehalt und Verdaulichkeit zubereitet werden. Durch die unterschiedlichen Zubereitungsarten und die Kombination mit Sättigungs- sowie Gemüse- oder Salatbeilagen kann eine noch größere Vielfalt erreicht werden.

Der *Sättigungswert*, gemessen in kJ (kcal) beträgt beispielsweise für[1]

Hühnerleber in Rotweinsoße, Pommes frites, Chicoréesalat	4 230 kJ (1 012 kcal)
1/4 Broiler vom Grill, Pommes frites, Rotkohlsalat	3 345 kJ (800 kcal)
1/2 Broiler vom Grill, Pommes frites, Rotkohlsalat	4 450 kJ (1 062 kcal)
Gänsebraten, Rotkohl, Salzkartoffeln	5 230 kJ (1 250 kcal)
Paprikahuhn, Risotto, gemischter Salat	5 945 kJ (1 427 kcal)

Geflügel wird in der Regel gern verzehrt. Eine Abneigung kann sich jedoch für manchen Gast durch das etwas komplizierte Essen von Geflügel mit Knochen ergeben. Es ist deshalb vorteilhaft, dort wo es angebracht ist, das Geflügel entbeint anzubieten.
Die Einteilung der Gruppe Geflügelgerichte kann unterschiedlich vorgenommen werden. Im folgenden Text erscheint die Gliederung nach den Geflügelarten in

Gerichte aus Huhn,
Gerichte aus Broiler und Hähnchen,
Gerichte aus Ente,
Gerichte aus Gans,
Gerichte aus Pute,
Gerichte aus Taube,
Gerichte aus Geflügelklein.

Die letzte Gruppierung wurde gewählt, da für das Klein der einzelnen Geflügelarten meist gleichartige Zubereitungen üblich sind.

6.2. Gerichte aus Huhn

Bei den Gerichten aus Huhn kann es sich sowohl um solche aus Kochhühnern (Suppenhühner) als auch aus Masthühnern handeln. Bei den ersteren handelt es sich um ältere Tiere, für die sich als *Zubereitung* vor allem das *Kochen* oder *Schmoren* empfiehlt und die danach unterschiedlich weiterverarbeitet werden (z. B. zu Frikassees), deren Fleisch aber auch zu Geflügelhackmasse verarbeitet wird. Masthühner dagegen weisen ein besonders zartes Fleisch auf und sind deshalb sehr gut zum *Braten* geeignet. Junge, noch nicht geschlechtsreife Masthühner werden auch als *Poularden* bezeichnet.
Werden Hühner im ganzen gegart, so werden sie in entsprechende Form gebracht. Dadurch wird ein gleichmäßigeres Garen erreicht. Das Formgeben für Hühner, die anschließend gekocht werden, erfolgt durch Einstecken der Beine in die Bauchhaut. Diese Form bezeichnet man als *Dressieren.* Für das Braten im ganzen erfolgt das Formgeben mit Faden, indem entweder die Beine zusammengebunden und anschließend mit Hilfe des Fadens, der um die Flügelgelenke gezogen wird, an den Tierkörper gezogen werden oder indem mit Hilfe einer Nadel der Faden durch Beingelenke und Flügel gezogen wird. Diese Art des Formgebens durch Binden oder mit Hilfe einer Nadel bezeichnet man als *Bridieren.*

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



Brathuhn (Grundzubereitung)

Garfertiges Huhn salzen und pfeffern, von allen Seiten anbraten, Bratgemüse mit anschwitzen, leicht angießen, das Huhn unter häufigem Begießen mit dem Bratenfond im Bratofen garen. Den Bratensatz mit braunem Geflügelfond ablöschen und leicht binden. Brathuhn portionieren, mit der Soße soßieren.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, junge Erbsen, Mischgemüse, Rotkohl, Rosenkohl, gemischter Salat.

Brathuhn mit Banane

Huhn saftig braten, Bratensatz mit Weißwein und braunem Geflügelfond angießen, verkochen, mit Orangensaft leicht abschmecken, leicht mit Mehl binden. Das Huhn portionieren, entbeinen, mit der Soße soßieren und mit halbierten Bananen, die vorher in Butter angebraten wurden, umlegen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Salatteller.

Champignonhuhn

Garfertiges Huhn mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, aus der Brühe mit heller Mehlschwitze und Champignonfond helle Soße herstellen, passieren, das entbeinte Hühnerfleisch und Champignons hineingeben, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Butterreis, Risi-Pisi, Salzkartoffeln, Schloßkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Chancao (Südamerika)

Siehe Huhn in pikanter Soße.

Chicken Curry (Indien)

Siehe Hühnercurry.

Ciulama de pui (SR Rumänien)

Siehe Huhn in Sahne.

Frikassee vom Huhn

Siehe Hühnerfrikassee.

Gebacktes Hühnerkotelett (Kotelett posharskije)

Rohes Hühnerfleisch wolfen und mit in Milch oder Sahne eingeweichtem Weißbrot und schaumig gerührter Butter sowie Pfeffer und Salz zu Hühnerfleischhackmasse verarbeiten. Zu eiähnlich plattgedrückten Hacksteaks formen, mit in kleine Würfel geschnittenem Weißbrot panieren und von beiden Seiten goldgelb braten.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Risotto, Butterreis, Risi-Pisi, junge Erbsen, Salatteller.

Geschmortes Huhn

Siehe Schmorhuhn.

Hühnerbrust, gebacken I

Ausgelöste Hühnerbrust in Scheiben schneiden, mit Zitronensaft oder Weißwein, gehackter Petersilie und Öl marinieren, durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit gebackener Petersilie garnieren, Tomatensoße mit Schinkenwürfeln extra.

Beilage: Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Risotto, Blumenkohl, Spargel, Champignons, junge Erbsen, Mischgemüse, gemischter Salat.

Hühnerbrust, gebacken II

Huhn kochen, erkalten lassen. Brust auslösen, portionieren, mit Senf bestreichen, durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten, mit gegrillter Tomate garnieren. Tomatensoße oder Rotweinsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Butterreis, Champignonreis, Risi-Pisi, Schinkenreis,
Blumenkohl, Champignons, junge Erbsen, Mischgemüse, gedünsteter Chicorée, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hühnerbrust in pikanter Soße, japanisch

Siehe Kiriboshi Daikon.

Hühnerbrust «Kiewer Art» (Sowjetunion)

Siehe Hühnerkotelett, gefüllt.

Hühnerbrust mit Leber

Ausgelöste Hühnerbrust plattieren, salzen, pfeffern, saftig braten, mit rosa gebratener Hühnerleber anrichten, im Bratfett Tomatenwürfel anschwenken und über die angerichtete Hühnerbrust geben. Braune Geflügelsoße extra.
Beilage: Pommes frites, Bratkartoffeln, Streichholzkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln,
Blumenkohl, Spargel, Champignons, junge Erbsen, Mischgemüse, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hühnerbrust mit Lebermus, gebacken

Ausgelöste Hühnerbrust mit einer Geflügelleberfarce füllen, in Mehl, Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, in Butter nachbraten.
Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Petersiliekartoffeln, Blumenkohl, Spargel, Champignons, Rosenkohl, junge Erbsen, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hühnerbrust, überbacken

Brust vom gekochten Huhn auslösen und enthäuten, auf Spinat in gefettetem, feuerfestem Geschirr anrichten, mit Käsesoße überziehen, überbacken, im Gargefäß servieren.
Beilage: Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Butterreis, Risotto, Butternudeln, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hühnercurry (Chicken Curry)

Garfertiges Huhn zerlegen und auf Zwiebelscheiben mit zerquetschtem Knoblauch, Ingwerpulver, Currypulver und Chillipulver dünsten, Geflügelbrühe zugießen und halb garziehen, Tomatenscheiben, Streifen von Suppengrün und verrührten Frischkäse (Cottage Cheese) zugeben und garen.
Beilage: Körnig gekochter Reis, Salatteller.

Hühnerfleischauflauf mit Spargel

In eine gefettete Form gekochten Reis, würflig geschnittenes, gekochtes Hühnerfleisch, gekochte Spargelstücke und junge Erbsen einschichten. Mit pikanter, heller Geflügelsoße leicht soßieren, mit Reibekäse bestreuen, überbacken. Im Gefäß servieren.
Beilage: Salatteller.

Hühnerfleisch mit Makkaroni (VR Bulgarien)

Auf angebratenen Zwiebelwürfeln Pilze und Tomatenwürfel anschwitzen, gegarte Makkaroni und gegartes, würflig geschnittenes Hühnerfleisch dazugeben, gemeinsam erhitzen, mit Paprika und gehackter Petersilie abschmecken.
Beilage: Kopfsalat, gemischter Salat.

Hühnerfrikassee (Grundzubereitung)

Garfertiges Huhn mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, aus der Hühnerbrühe und einer hellen Mehlschwitze mit Zwiebel eine helle Soße herstellen, passieren, das entbeinte und enthäutete Geflügelfleisch hineingeben, aufkochen, mit Zitronensaft abschmecken, mit Sahne und Eigelb oder Weißwein und Eigelb legieren. Anrichten und mit Blätterteighalbmond (Fleuron) garnieren.
Beilage: Butterreis, Risotto, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Blumenkohl, Spargel, Champignons, gemischter Salat.



Hühnerfrikassee mit Klößchen, Champignons und Spargel

Zubereitung wie Hühnerfrikassee (Grundzubereitung), in die Soße jedoch noch zarte Geflügelfleisch- oder Kalbfleischklößchen, gedünstete Champignons und Spargelstücke geben.

Beilage: Butterreis, Risotto, Salzkartoffeln, Blumenkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hühnerkeule, geschmort

Hühnerkeule salzen und pfeffern, mit Würfeln von magerem Speck von allen Seiten anbraten, Zwiebelwürfel mit anschwitzen, mit Tomatenmark und Hühnerbrühe angießen, garen. Fond leicht mit Mehl binden, mit saurer Sahne vollenden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Kartoffelkroketten, Risotto, Butternudeln, Mehlklöße, junge Erbsen, Mischgemüse, Rotkohl, gemischter Salat.

Hühnerklößchen mit Champignonsoße

Aus Hühnerfleisch, feingeschnittener Zwiebel und Ei oder geweichtem Weißbrot eine Farce herstellen, mit etwas Sahne veredeln, Klößchen abstechen, in Hühnerbrühe garziehen. Aus der Brühe mit heller Mehlschwitze und Champignonfond Soße herstellen, die Klößchen und gedünstete Champignons in die Soße geben.

Beilage: Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Reiskroketten, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln,
Spinat, junge Erbsen, Blumenkohl, gedünsteter Chicorée, Kopfsalat, gemischter Salat, Chicoréesalat.

Hühnerklößchen in Tomate

Aus Hühnerfleischfarce Klößchen abstechen, in Hühnerbrühe garziehen, mit magerem Speck, Zwiebel, Mehl, Tomatenmark und der Hühnerbrühe Tomatensoße herstellen, mit edelsüßem Paprika und wenig Zucker abschmecken, die Klößchen in der Soße durchziehen lassen.

Beilage: Butterreis, Risotto, Butternudeln, Spirelli, Mehlklöße, Semmelklöße, Kartoffelbrei,
Blumenkohl, Mischgemüse, gemischter Salat.

Hinweis: Die Soße kann noch mit Joghurt veredelt werden.

Hühnerklößchen mit Zunge und Blumenkohl

Aus Hühnerfleischfarce Klößchen abstechen, in Hühnerbrühe garziehen, aus der Brühe mit einer hellen Schwitze Weißweinsoße herstellen, die Klößchen und Streifen von gekochter Pökelzunge in die Soße geben, durchziehen lassen. Auf gedünsteten Blumenkohlröschen im Reisrand anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salatteller.

Hühnerkotelett, gefüllt (Hühnerbrust Kiewer Art) (Sowjetunion)

Hühnerbrust bis auf den Flügelknochen auslösen, enthäuten, von der dünnen Seite her einschneiden, aufklappen, leicht plattieren, salzen, mit Kräuterbutter füllen, zusammenklappen, in Mehl, Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, mit gebackener Petersilie und Zitronenspalten garnieren.

Beilage: Pommes frites, Bratkartoffeln, Risi-Pisi,
Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die rohe, gefüllte Brust in Aluminiumfolie zu hüllen und auf dem Grill zu garen.

Hühnerkroketten I

Gekochtes und entbeintes Hühnerfleisch mit gekochtem, abgekühltem Reis wolfen, mit goldgelb gebratenen, feinen Zwiebelwürfeln, Ei und gehackter Petersilie vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, zu einer Farce verarbeiten. Kroketten daraus formen, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett goldgelb backen. Trocken anrichten, mit Zitronenspalte und Petersilie garnieren.

Beilage: Kartoffelkroketten, Pommes frites, Pommes chips, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es können gesondert noch verschiedene Soßen gegeben werden, z. B. Rotweinsoße, Tomatenpaprikasoße.

Hühnerkroketten II

Aus gewürfeltem, gegartem Hühnerfleisch, Champignons und weißer Soße Krokettenmasse herstellen, abkühlen lassen, Walzen formen, in Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten, Rotweinsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Butterreis, Risotto, Blumenkohl, junge Erbsen, Karotten, Rosenkohl, gemischter Salat.

Hühnerleber

Siehe 6.8. Gerichte aus Geflügelklein.

Hühnerpaprikasch

Garfertiges Huhn zerkleinern, mit Salz und edelsüßem Paprika würzen, mit Würfeln von magerem Speck und Zwiebelwürfeln anbraten, mit Brühe und Pritamin (Paprikamark, Import Ungarn) angießen, Lorbeerblatt zufügen, garen. Leicht mit in Kondensmilch oder Joghurt angerührtem Mehl binden.

Beilage: Pommes frites, Risi-Pisi, Butterreis, Mehlklöße, Semmelklöße, Kartoffelbrei, Butternudeln,
junge Erbsen, Blumenkohl, Paprikagemüse, Mischgemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hühnerpörkölt

Garfertiges Huhn in mehrere Stücke zerlegen, salzen, pfeffern, mit Würfeln von magerem Speck und Zwiebelwürfeln anbraten, mit Tomatenmark oder Würfeln von frischen Tomaten sowie edelsüßem Paprika dünsten, mit braunem Fond, Geflügelbrühe oder Wasser angießen, garen, mit Mehl leicht abziehen.

Beilage: Butterreis, Risi-Pisi, Butternudeln, Spätzle, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln,
junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Porreegemüse, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hühnerragout (Grundzubereitung)

Garfertiges Huhn in mehrere Stücke zerlegen, salzen, pfeffern, mit Zwiebelwürfeln von allen Seiten goldgelb anbraten, mit Rotwein und braunem Geflügelfond angießen, Lorbeerblatt zufügen, garen, leicht mit Mehl binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Risotto, Champignonreis, Butternudeln, Spirelli,
junge Erbsen, Blumenkohl, Rotkohl, Rosenkohl, Mischgemüse, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat, Gurkensalat.

Hinweis: Kann auch mit Pilzen zubereitet werden.

Hühnerrisotto

Garfertiges Huhn in mehrere Teile zerlegen, mit Zwiebelwürfeln goldgelb anbraten, mit Weißwein und Hühnerbrühe angießen, mit Tomatenwürfeln und Gemüsepaprikastreifen garen, kurz vor der Gare angeschwitzten, rohen Reis und



Champignonscheiben zugeben, Flüssigkeit nachfüllen (Verhältnis Reis zu Flüssigkeit 1:3), in der Bratröhre garziehen.

Beilage: junge Erbsen, Blumenkohl, Spargel, Mischgemüse, Gurkensalat, Salatteller.

Hühnerröllchen, gegrillt

Hühnerhackmasse mit Eibindung her stellen, Röllchen (etwa 60 g) formen, mit Öl bepinseln, auf dem Rost garen. Trocken anrichten. Tomatenketchup mit Curry oder feingeschnittenen Zwiebeln oder Meerrettich verrührt extra. Man rechnet zwei Röllchen für eine Portion.

Beilage: Pommes frites, Pommes chips, Brot, Salatteller.

Hühnerspießchen mit Champignons

Hühnerfleisch entbeinen, mit Zitronensaft und gehackter Petersilie marinieren, salzen, pfeffern, mit Zwiebelscheiben, Champignons, mageren Speckscheiben und Hühnerleber abwechselnd auf Spieß stecken, langsam braten.

Beilage: Pommes frites, Pommes chips, Bratkartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei,
junge Erbsen, Mischgemüse, Rosenkohl, Blumenkohl, gedünsteter Chicorée, Kopfsalat, Chicoréesalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Huhn in Currysoße

Garfertiges Huhn mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, aus der Hühnerbrühe und heller Mehlschwitze mit Zwiebel helle Soße herstellen, passieren, mit Curry abschmecken, gedünstete Porreestreifen in die Soße geben, angerichtetes Huhn damit soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Risotto, Butterreis, junge Erbsen, Rosenkohl, Mischgemüse, Salatteller.

Huhn in pikanter Soße (Chancao)

Ausgenommenes und gewaschenes Suppenhuhn in Portionsstücke zerlegen, in Salzwasser mit Suppengemüse fast weichkochen, etwa 20 Minuten vor dem Garpunkt geschälte, mittelgroße Kartoffeln zugeben und gemeinsam mit dem Huhn garen. Gemüsepaprika mit Salz und Pfeffer pürieren und nach und nach soviel Öl darunterrühren, bis eine Soße von der Konsistenz wie Mayonnaise entsteht. Dann Zwiebelringe und angeschwitzte Tomatenwürfel unter die Soße mengen. Beim Anrichten eine Platte mit Salatblättern belegen, das Huhn mit den Kartoffeln darauf anrichten, mit der Soße überziehen und mit gedünsteten jungen Erbsen und Eischeiben garnieren.

Huhn in Sahne (Ciulama de pui)

Garfertiges Huhn vierteln, mit Suppengemüse, Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, aus der Brühe mit heller Mehlschwitze und Sahne Sahnesoße herstellen, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken, die Hühnerportionen darin durchziehen lassen.

Beilage: Reis in unterschiedlicher Zubereitung, Pommes frites, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Huhn in Tomate und Paprika (Pollo a la criolla)

Garfertiges Huhn in Portionsstücke zerlegen, salzen, pfeffern und von allen Seiten goldgelb anbraten, braune Geflügelsoße mit Tomatenwürfeln und Gemüsepaprikastreifen zufügen und garen.

Beilage: Reis in unterschiedlicher Zubereitung, Pommes frites, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Anstelle der Tomatenwürfel kann auch Tomatenmark verwendet werden.

Huhn in Weißwein

Garfertiges Huhn in mehrere Stücke zerlegen, von allen Seiten goldgelb anbraten, Zwiebelwürfel mit anschwitzen, Mehl anstäuben, mit Hühnerbrühe auffüllen, Lorbeerblatt zufügen, glatt rühren und garziehen lassen. Soße mit Eigelb und Weißwein legieren, mit geriebener Muskatnuß und Weißwein abschmecken.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Reis, Mehlklöße,
Blumenkohl, Spargel, Champignons, junge Erbsen, Möhrengemüse, Salatteller.

Huhn mit Backpflaumen

Garfertiges Huhn mit einer Farce aus entsteinten, gekochten Backpflaumen und Hackfleisch sowie Rosinen und Apfelwürfeln füllen, verschließen und saftig braten. Zuletzt in etwas Hühnerbrühe und Kochbrühe der Backpflaumen schmoren, Fond leicht mit Mehl binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbällchen, Semmelklöße, Mischgemüse, Blumenkohl, Rosenkohl, Porreegemüse, Wirsingkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Huhn mit Curry, geschmort (Pollo cocido con curry)

Mit Curry gepuderte Hühnerviertel mit Schmalz und Zwiebelwürfeln anbraten, mit Hühnerbrühe leicht angießen, mit Tomatenmark dünsten, weitere Hühnerbrühe angießen, garen, mit Mehl leicht binden, mit Currypulver abschmecken, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Reis in unterschiedlicher Zubereitung,
Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Huhn mit Letscho

Garfertiges Huhn in mehrere Teile zerlegen, mit Zwiebelwürfeln anbraten, mit edelsüßem Paprika anstäuben, mit Brühe angießen, dünsten, Fond reduzieren und über das Huhn mit magerem Speck angeschwitztes Letscho geben.

Beilage: Risi-Pisi, Butterreis, Spätzle, Butternudeln, Spaghetti, Semmelklöße, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Pommes frites, junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Paprikagemüse, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Huhn mit Reis, gebacken (Kabeli Pilau)

Garfertiges Huhn in mehrere Stücke zerlegen, mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, abkühlen lassen und entbeinen, in gefettetes, feuerfestes Gefäß abwechselnd mit körnig gekochtem Reis und einer Paste aus Zwiebelpüree, Kardamom und Kümmel geben, mit etwas Hühnerbrühe angießen, mit Rosinen und Möhrenscheiben belegen, im Ofen backen, die Möhrenscheiben und Rosinen unter Reis und Huhn rühren.

Beilage: Salatteller.

Kabeli Pilau (Orient)

Siehe Huhn mit Reis, gebacken

Kiriboshi Daikon (Japan)

Siehe Kamo Yoshino-ni. Anstelle von Entenbrust wird jedoch Hühnerbrust verwendet. Es ist auch üblich, in die Soße noch als Einlage feine Streifen von weißem Rettich zu geben.

Kotelett posharskije (Sowjetunion)

Siehe Gehacktes Hühnerkotelett.

Paprikahähnchen (Paprikás csirke)

Siehe 6.3. Gerichte aus Broiler und Hähnchen.

Pollo cocido con curry

Siehe Huhn mit Curry, geschmort.



Pörkölt vom Huhn

Siehe Hühnerpörkölt.

Potrowka (VR Polen)

Garfertig vorbereitetes Huhn wie üblich in Salzwasser mit Suppengemüse garen. Aus der Brühe nehmen und in dieser Reis (Verhältnis 1 Teil Reis, 2½ Teile Brühe) langsam garen. Das Huhn leicht abkühlen lassen und entbeinen. In etwas Brühe heißlegen. Wenn der Reis gar ist, das Hühnerfleisch darauf anrichten und dazu Johannisbeersoße reichen. Diese wird aus pürierten Johannisbeeren, die mit Hühnerbrühe verlängert wurden, leicht mit Zucker abgeschmeckt sowie aufgekocht und leicht mit Kartoffelstärke abgezogen wurden, hergestellt.

Rahmhuhn (Ciulama de pui)
(SR Rumänien)

Siehe Huhn in Sahne.

Schmorhuhn

Garfertiges Huhn in 8 Stücke zerlegen, salzen und pfeffern, von allen Seiten goldgelb anbraten, Zwiebelwürfel und Tomatenmark zugeben und gemeinsam dünsten, mit Weißwein, braunem Geflügelfond angießen, Thymian und Lorbeerblatt zugeben, schmoren, Schmorfond leicht mit Mehl abziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Butternudeln, Reis,
Rosenkohl, Rotkohl, Wirsingkohl, Blumenkohl, Möhrengemüse, junge Erbsen, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Soße kann auch mit Pilzen zubereitet werden.

Schmorhuhn mit Erbsen

Garfertiges Huhn zerlegen, salzen, pfeffern, von allen Seiten anbraten, mit Zwiebelwürfeln, Würfeln von magerem Speck und Tomatenmark schmoren, mit Mehl und edelsüßem Paprika anstäuben, mit Geflügelbrühe angießen, garen, gedünstete Erbsen zugeben, gemeinsam ziehen lassen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Butterreis, Risi-Pisi, Pommes frites, Salzkartoffeln, Semmelknödel, Mehlknödel, Spätzle, Spirelli,
Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Senfhuhn

Garfertiges Huhn zerlegen, mit Senf bestreichen und mit verrührtem Joghurt übergießen, marinieren, abtropfen lassen, goldgelb anbraten, mit Tomatenmark schmoren, mit Hühnerbrühe angießen, garen, Fond mit in der Marinade angerührtem Mehl abziehen.

Beilage: Risotto, Risi-Pisi, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Spätzle, Semmelklöße, Mehlklöße,
Wirsingkohl, Rosenkohl, junge Erbsen, Mischgemüse, Paprikagemüse, Salatteller.

Tomatenschmorhuhn (Tschachochbili)

Garfertig vorbereitetes Huhn in Portionsstücke zerlegen und von beiden Seiten anbraten, angeschwitzte Zwiebelwürfel und gehackte Petersilie sowie Zitronensaft und Salz dazugeben, kurz schmoren. Mit Tomatensaft angießen und in Portionsgefäßen fertigschmoren.

Beilage: Risotto, Weißbrot, Pommes frites, gemischter Salat, Krautsalat, Paprikasalat.

Tschachochbili (Sowjetunion)

Siehe Tomatenschmorhuhn.

6.3. Gerichte aus Broiler und Hähnchen

Gerichte aus Broilern und Hähnchen sind solche aus besonders zartem, eiweißreichem und fettarmem Geflügelfleisch. Bei den *Hähnchen,* die auch unter den Handelsnamen *Brat- oder Backhähnchen* bekannt sind, handelt es sich um junge, vor der Geschlechtsreife geschlachtete Hähnchen. Sie sind besonders zum *Braten* und zum *Backen in Fett* geeignet. Der fachfranzösische Begriff lautet *Poulet.*
Broiler sind eine spezielle Züchtung aus besonders fleischwüchsigen Spezialhybriden. Durch eine besondere Futterzusammenstellung erreichen sie bei industriemäßigen Mastmethoden rasch eine Schlachtmasse von etwa 1 kg. Diese Hühnerart eignet sich sehr gut zum *Grillen* und zum *Braten.* In dem VEB Kombinat Industrielle Mast (KIM) gemästete Broiler werden als *Goldbroiler* bezeichnet.
Broiler und Hähnchen, die im ganzen gegrillt oder gebraten werden, werden in eine entsprechende Form gebracht. Sofern nicht am Spieß gegrillt, werden sie bridiert (siehe Abschnitt 6.2. Gerichte aus Huhn, Einführung).

Backhähnchen (Backhendl) (Österreich)

Garfertiges Hähnchen vierteln, salzen, pfeffern, mit Mehl, zerrührtem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken mit gebackener Petersilie anrichten, mit Zitronenspalte garnieren.

Beilage: Pommes frites, Pommes chips, Weißbrot,
Salatteller.

Ballotine

Siehe Hähnchenkeule, gefüllt.

Besoffenes Hendl (Österreich)

Garfertiges Hähnchen oder Broiler vierteln und die großen Knochen entfernen. Salzen und pfeffern, von beiden Seiten goldgelb anbraten, mit etwas Weinbrand ablöschen, mit wenig Brühe ergänzen und mit etwas Thymian, Estragon und Rosmarin würzen. Im verschlossenen Gargefäß gardünsten. Unmittelbar vor dem Anrichten mit angewärmter Sahne begießen.

Beilage: Mehlnockeln, Grießnocken, Butterreis, Risi-Pisi, Katoffelpüree, Butterkartoffeln,
junge Erbsen, Blumenkohl, Frischkostsalat.

Brathähnchen (Grundzubereitung)

Garfertiges Hähnchen salzen, pfeffern, in der Bratröhre von allen Seiten anbraten und unter häufigem Begießen saftig braten, Bratensatz mit Mehl anstäuben, mit braunem Geflügelfond angießen, zur Soße verkochen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Butternudeln,
junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, gemischter Salat.

Brathähnchen mit Knoblauchsoße (Hähnchen Tabaka)

Garfertiges Hähnchen längs der Brust aufschneiden, salzen, pfeffern, flach drücken, Keulen und Flügel feststecken, mit saurer Sahne bestreichen, auf beiden Seiten im Bratofen saftig braten (Bratzeit für ein Hähnchen von 1 kg etwa 45 Minuten), portionieren, anrichten mit einer dickflüssigen Soße aus zerquetschtem, mit heißem Wasser und Salz verrührtem Knoblauch.

Beilage: Pommes frites, Risi-Pisi, junge Erbsen, Salatteller.



Broilerbrust, gefüllt (Kiewer Art)

Siehe Hühnerkotelett, gefüllt.

Broilerbrust, gefüllt mit Lebermus

Ausgelöste Broilerbrust enthäuten, plattieren, mit Lebermus bestreichen, andere plattierte Brusthälfte darüberdecken, zusammenstecken, mehlieren, langsam auf beiden Seiten braten.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, junge Erbsen, Rosenkohl, Blumenkohl, Champignons, Möhren, Gurkensalat, gemischter Salat.

Broilerfondue

Scheiben oder Streifen von entbeintem und gehäutetem Broilerfleisch mit Zitronensaft, gehackter Petersilie und Öl marinieren, in gefälliger Schale anrichten, mit einer Schale Backteig und einem Topf mit heißem Öl auf Spiritusrechaud servieren. Als Beilagen gibt man Pommes frites oder Pommes chips, verschiedene Würztunken und pikante Beilagen (z. B. Gewürzgürkchen, Perlzwiebeln, Senffrüchte) und einen Salatteller. Der Gast bäckt sich das Broilerfleisch, nachdem er es durch Backteig gezogen hat, selbst an der Fonduegabel im Fonduetopf in Öl.
Eine Variante ist das Garen des Broilerfleisches in siedender Hühnerbrühe anstelle des Öles. Dann entfällt auch der Backteig.

Broilerkeule, gebacken

Gekochte oder gedünstete Broilerkeule entbeinen, mit Senf bestreichen, durch Backteig ziehen, in Fett backen, trocken anrichten. Kalte Soße aus Rotwein, Paprika und Tomatenmark extra geben.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Pommes chips, Streichholzkartoffeln, Würfelkartoffeln,
Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Broiler, gefüllt

Garfertigen Broiler mit einer Füllung aus eingeweichtem Weißbrot, Ei, angeschwitzten Zwiebelwürfeln und Pilzen füllen, verschließen, langsam goldgelb und saftig braten.

Beilage: Pommes frites, Pommes chips, Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Butternudeln,
junge Erbsen, Blumenkohl, Champignons, Spargel, Rosenkohl, Salatteller.

Broilerkeule, gegrillt

Garfertige Broilerkeule salzen und pfeffern, mit einer Scheibe magerem Speck umwickeln, feststecken, mit Öl bepinseln, langsam grillen. Trocken anrichten, Tomatenketchup und Mixed Pickles extra.

Beilage: Pommes frites, Pommes chips, Bratkartoffeln, Brot, Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Broiler in Ei und Tomate

Broiler saftig braten, portionieren und entbeinen, Portion nochmals kurz anbraten, mit zerrührtem Ei (wie für Rührei) mit Tomatenwürfeln vermischt übergießen, stocken lassen.

Beilage: Zwiebelbratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Gurkensalat, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Broilerkeule in Paprika

Broilerkeule salzen und pfeffern, mehlieren und von allen Seiten goldgelb anbraten, mit Paprikasoße angießen, Streifen von Gemüsepaprika zugeben, dünsten. Mit Joghurt oder saurer Sahne vollenden.

Beilage: Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Salzkartoffeln, Pommes frites, Kartoffel-

kroketten, Salzkartoffeln, Reis, Spätzle, junge Erbsen, Rosenkohl, Blumenkohl, gedünsteter Chicorée, Gurkensalat, gemischter Salat.

Broiler mit Sauerkraut

Siehe Sauerkrautbroiler.

Broiler mit Tomatensoße

Siehe Tomatenbroiler.

Broilerpörkölt

Garfertigen Broiler vierteln, salzen und paprizieren, von allen Seiten goldgelb anbraten, Zwiebelwürfel und Streifen von Gemüsepaprika zugeben, gemeinsam dünsten, mit Wasser und Tomatenmark angießen, garen, mit in Joghurt angerührtem Mehl leicht abziehen, mit Salz und Zitronensaft abschmecken.
Beilage: Risotto, Butterreis, Spätzle, Butternudeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten,
junge Erbsen, Mischgemüse, Rosenkohl, Blumenkohl, Rotkohl, Gurkensalat, gemischter Salat.

Broilerragout mit Backpflaumen

Garfertigen Broiler in mehrere Stücke zerlegen, salzen, pfeffern, von allen Seiten mit Schweineschmalz anbraten. Zwiebelwürfel zugeben und mit anschwitzen, mit Tomatenmark und Weißwein angießen, dünsten, eingeweichte und entsteinte Backpflaumen zugeben, gemeinsam garen, leicht mit Mehl binden.
Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Semmelklöße, Mehlklöße, Risotto, Spätzle,
Kopfsalat, Chicoréesalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Broilersteak im Eimantel

Broilerbrust auslösen und häuten, leicht plattieren, mit Senf bestreichen, in feingeschnittener Zwiebel wälzen, mehlieren, durch verrührtes Ei ziehen, langsam in der Pfanne goldgelb braten.
Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat, Champignonsalat.

Broilersteak mit Schinkenfüllung

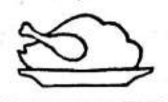
Ausgelöste Broilerbrust häuten, plattieren, salzen und pfeffern, mit Schinkenscheibe und Schnittkäse belegen, mit plattierter anderer Brusthälfte bedecken, in Mehl, verrührtem Ei und Reibebrot panieren, langsam braten. Mit Zitronenspalte garnieren.
Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Rosenkohl, Blumenkohl, Gurkensalat, gemischter Salat.

Champignonbroiler in Folie

Garfertigen Broiler vierteln, von den großen Knochen befreien, salzen, pfeffern, in gefettete Aluminiumfolie geben, mit Champignonscheiben belegen, mit gehackter Petersilie bestreuen, in Folie einschlagen, verschließen, im Grill oder Bratofen in trockener Hitze garen. In der verschlossenen Folie servieren. Garzeit beträgt 20 bis 25 Minuten.
Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Salatteller.

Champignonhähnchen

Garfertiges Hähnchen vierteln, salzen und pfeffern, leicht anbraten, feingeschnittene Zwiebelwürfel zugeben, gemeinsam dünsten, mit Weißwein und Champignons auffüllen, gemeinsam garen, mit Zitronensaft abschmecken, Kondensmilch oder Sahne angießen und mit Mehlbutter binden.
Beilage: Reis in verschiedener Zubereitung, Kartoffelbrei,
junge Erbsen, gemischter Salat.



Coq au vin (Frankreich)

Siehe Hahn in Rotwein.

Goldbroiler, gegrillt

Garfertigen Goldbroiler salzen und paprizieren, leicht mit Öl bepinseln, am Spieß oder auf dem Rost grillen, portionieren und trocken anrichten.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Brot, Salatteller.

Hähnchen in Weißwein

Hähnchen unter häufigem Begießen im Ofen saftig braten, warm stellen, Bratensatz mit Weißwein verkochen, mit Mehlbutter binden, portioniertes Hähnchen damit soßieren.

Beilage: Risi-Pisi, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Rosenkohl, Rotkohl, Champignons, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hähnchenkeule, gefüllt (Ballotine)

Rohe Keule entbeinen, mit einer Geflügelfarce füllen, binden, von allen Seiten anbraten, mit tomatisiertem, braunem Geflügelfond schmoren, Soße leicht mit Mehl abziehen, mit Streifen von Pökelzunge und gedünsteten Champignons vollenden.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Salzkartoffeln, Pommes frites, Mehlklöße, Semmelklöße, Reis, Butternudeln, Rosenkohl, Rotkohl, Mischgemüse, Möhren, Blumenkohl, Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hähnchenleber, Broilerleber

Siehe 6.8. Gerichte aus Geflügelklein.

Hähnchenragout, finnisch (Kanapoikahöstöä)

Garfertiges Hähnchen oder Broiler werden portioniert und entbeint, dann werden die Stücke von beiden Seiten goldgelb angebraten, mit Weinbrand flambiert, mit Mehl angestäubt und mit Sahne oder Milch aufgefüllt. Anschließend werden Champignonscheiben zugegeben, alles gut verrührt, mit weißem Pfeffer und Salz gewürzt, das Fleisch und die Pilze gargeschmort. Zuletzt wird die Soße noch mit einem Schuß Portwein abgeschmeckt. Beim Anrichten wird das Ragout mit marinierten Gemüsepaprikastreifen garniert.

Beilage: Risotto, Pilaff-Reis, Risi-Pisi, Curryreis, Salatplatte.

Hähnchen Tabaka (Sowjetunion)

Siehe Brathähnchen mit Knoblauchsoße.

Hähnchen, überbacken

Garfertiges Hähnchen salzen und pfeffern, knusprig braten, jede Portion mit einer Scheibe Schinken und Schnittkäse abdecken, überbacken.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Blumenkohl, Pilze, junge Erbsen, Mischgemüse, Rosenkohl, Kopfsalat, Salatteller.

Hahn in Rotwein (Coq au vin)

Garfertiges Hähnchen vierteln, salzen, pfeffern, von allen Seiten anbraten, feingeschnittene Zwiebeln mit anschwitzen, Mehl anstäuben und leicht bräunen, mit Rotwein, Geflügelfond, zerquetschtem Knoblauch, Lorbeerblatt, Thymian und Pilzen ergänzen, garen. Beim Anrichten mit Brotcroutons garnieren.

Beilage: Pommes frites, Pommes chips, Kartoffelkroketten, Risi-Pisi, Rosenkohl, Blumenkohl, Salatteller.

Kanapoikahöystöä (Finnland)

Siehe Hähnchenragout, finnisch.

Mandelhähnchen (Mandulas csirke)

Garfertiges Hähnchen salzen und pfeffern, im ganzen saftig braten, Bratensatz mit Mehl anstäuben, mit Geflügelfond auffüllen, zu Soße verkochen, passieren, mit Tomatenwürfeln angeschwitzte Pilze mit der Geflügelsoße auffüllen, portoniertes Hähnchen hineingeben und ziehen lassen, mit Sahne vollenden. Beim Anrichten Hähnchen mit gehackten Mandeln bestreuen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Risi-Pisi, Risotto,
junge Erbsen, Salatteller.

Mandulas csirke (Ungarische VR)

Siehe Mandelhähnchen.

Paprikahähnchen (Paprikás csirke)

Garfertiges Hähnchen in mehrere Stücke zerlegen, salzen, in Schweineschmalz Zwiebelwürfel anschwitzen, edelsüßen Paprika anstäuben, mit wenig Wasser angießen, reduzieren. Hähnchenteile einlegen, dünsten, etwas Wasser nachgießen, garen, kurz vor Abschluß des Garens Letscho zugeben, ziehen lassen. Fond mit in Sahne angerührtem Mehl binden. Beim Anrichten Soße über Hähnchenteile geben und mit etwas Sahne übergießen.

Beilage: Spätzle, Butternudeln, Reis, Pommes frites, Kartoffelbrei, Brot, Mehlklöße,
junge Erbsen, Pilze, Blumenkohl, Spargel, Salatteller.

Paprikás csirke (Ungarische VR)

Siehe Paprikahähnchen.

Sauerkrautbroiler

Garfertigen Broiler salzen und paprizieren, in Schmalz und Würfeln von magerem Speck von allen Seiten anbraten, aus dem Fett herausnehmen und im Fett halbgares Sauerkraut mit Zwiebelwürfeln anschwitzen, mit Rotwein und Wasser auffüllen, Broiler zugeben und garen. Broiler portionieren und auf dem Sauerkraut anrichten.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Semmelklöße.

Tomatenbroiler

Garfertigen Broiler vierteln, salzen und pfeffern, mit feinwürfligem, magerem Speck anbraten, mit Geflügelfond leicht angießen, garen, kurz vor der Gare mit einer kräftig abgeschmeckten Tomatensoße angießen und ziehen lassen.

Beilage: Spätzle, Mehlklöße, Kartoffelklöße, Reis, Salzkartoffeln,
junge Erbsen, Blumenkohl, Salatteller.

6.4. Gerichte aus Ente

Bei Gerichten aus Ente ist zu beachten, daß diese Geflügelart ein relativ fettreiches Fleisch aufweist. Es handelt sich um dunkleres Fleisch als bei Hühnern, Hähnchen, Broilern und Pute mit einem arteigenen, kräftigen Geschmack. Infolge ihres Fettgehaltes ist bei Enten ein erheblicher Masseverlust beim Garen zu verzeichnen. Die häufigsten *Zubereitungsarten* für Ente sind *Braten, Schmoren* und *ragoutartig.* Beliebt sind auch verschiedene Füllungen für Ente. Infolge seines Charakters verlangt Entenfleisch nach kräftigen Gemüsebeilagen. Sehr gut sind dafür die verschiedenen Kohlarten geeignet.



Wegen der garfertigen Vorbereitung durch Dressieren gilt das in den Vorbemerkungen zu 6.2. Gerichte aus Huhn Dargelegte.

Arroz con Pato (Südamerika)

Siehe Ente, geschmort, mit Reis.

Boboc de Rata cu Castraveti (SR Rumänien)

Siehe Ente, pikant geschmort.

Ente auf Sauerkraut

Garfertige Ente in 8 Teile zerlegen, salzen, pfeffern, rasch anbraten, mit Zwiebelwürfeln schmoren, mit wenig Wasser angießen, garen, Fond leicht mit Mehl binden. Ente auf gedünstetem, nicht gebundenem Sauerkraut anrichten, mit gedünsteten Möhrenscheiben und Scheiben von gebratener Knoblauchwurst garnieren, soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle.

Ente auf Sauerkraut, rumänisch (Rate pe Varza)

Zwiebelscheiben goldgelb anschwitzen, mit Sauerkrautsaft ablöschen und mit reichlich Sauerkraut vermengen (etwa die vierfache Menge der Zwiebelscheiben). Halbgardünsten, dann mit einer angebratenen Ente (auch bereits portioniert) belegen und in der Bratröhre gemeinsam garen. Beim Anrichten das Kraut mit wenig Brühe als Sockel verwenden und die Ente darauf anrichten.

Beilage: dicker Maisbrei (Mamaliga), Weißbrot, Kartoffelbrei, gebackene Kartoffeln.

Ente, geschmort, mit Reis

Garfertige Ente in 8 Teile zerlegen, einige Stunden in eine Marinade aus Zitronensaft, gehacktem Kümmel, Salz, Pfeffer und Bier einlegen. Ente abtropfen, rasch anbraten, Fett abschütten, helles Bier und Marinade angießen, Ente garschmoren, aus dem Fond nehmen. In den Fond angeschwitzten, rohen Reis (Verhältnis Reis zu Flüssigkeit 1 : 3) geben, garziehen, gedünstete Erbsen untermengen, die Ente auf dem Reis anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salatteller.

Ente in pikanter Gemüsesoße

Garfertige Ente salzen und pfeffern, mit heißem Wasser ansetzen und saftig braten, aus dem Fond nehmen und daraus mit Tomatenmark, gedünsteten Gemüsewürfelchen, Thymian, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Rotwein und Mehl eine leichtgebundene Soße herstellen. Die portionierte Ente damit soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Rosenkohl, gemischter Salat.

Ente in Rotwein

Garfertige Ente in 8 Teile zerlegen, salzen, pfeffern, von allen Seiten anbraten, Zwiebelwürfel und Selleriewürfelchen zugeben und mitbraten, mit Rotwein angießen, Lorbeerblatt zugeben, schmoren, Fond entfetten und leicht abziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Butternudeln, Risi-Pisi,
Rotkohl, Schmorkohl, Rosenkohl, Pilze, Salatteller.

Ente mit Ananas und Sauerkraut

Garfertige Ente salzen und pfeffern, mit heißem Wasser ansetzen und im Bratofen

saftig braten, Bratensatz mit Geflügelfond angießen, mit Mehl leicht binden, durchkochen. Ananasraspeln anschwitzen und in die Soße geben. Die portionierte Ente auf Sauerkraut anrichten, mit der Soße überziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Kartoffelbällchen, rohe Klöße, Semmelklöße, Mehlklöße.

Ente mit Apfel

Garfertige Ente in 8 Teile zerlegen, salzen, pfeffern, leicht mit Knoblauchpulver anstäuben, von allen Seiten rasch anbraten, mit braunem Fond und Apfelwein angießen, schmoren. Fond entfetten und mit Mehl leicht abziehen, mit Sahne vollenden. Beim Anrichten Entenportion mit gedünsteten Apfelscheiben belegen, soßieren,

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Kartoffelkroketten, Mehlklöße, Spätzle, Risi-Pisi,
Rotkohl, Rosenkohl, Sauerkraut, Pilze, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat, Chicoréesalat.

Ente, mit Backpflaumen gefüllt

Garfertige Ente salzen und pfeffern, mit geweichtem Weißbrot und in Rotwein geweichten, entsteinten Backpflaumen füllen, zunähen. Mit heißem Wasser ansetzen und im Bratofen braten. Fond mit Portwein und Geflügelfond ablöschen, leicht mit Mehl binden.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, rohe Klöße, Salzkartoffeln, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Spätzle, Rotkohl, Rosenkohl, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Krautsalat, gemischter Salat.

Ente mit Champignons

Garfertige Ente in 8 Portionen zerteilen, salzen, pfeffern, mit Zwiebelwürfeln anbraten, mit Weißwein und braunem Geflügelfond angießen, Thymian und Lorbeerblatt zugeben, schmoren, Fond entfetten und leicht binden, gedünstete Champignons zugeben und durchziehen lassen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Macairekartoffeln, Spätzle, Mehlklöße, Rotkohl, Rosenkohl, Wirsingkohl, Bayrisch-Kraut, Krautsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Ente, mit Gemüse geschmort

Garfertige Ente in 8 Teile zerlegen, mit Salz und Paprika würzen, von allen Seiten goldgelb anbraten, junge Erbsen, Möhrenscheiben, Selleriewürfelchen und angebratene Zwiebelwürfel zugeben, mit braunem Geflügelfond angießen, schmoren. Soße entfetten und leicht abziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, rohe Klöße, Mehlklöße, Spätzle,
Porreegemüse, Wirsingkohl, Sauerkraut, Rotkohl, Rosenkohl, Selleriesalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Ente, mit Kraut gefüllt

Ente wie für Galantine vorbereiten, salzen und pfeffern, mit angedünstetem Weißkohl und Apfelspalten füllen, verschließen. Mit Wasser ansetzen, langsam mit Bratgemüse im eigenen Fett schmoren. Bratensatz mit Wasser ablöschen, leicht binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Macairekartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelklöße, rohe Klöße, Mehlklöße, Semmelklöße, Salatteller.

Ente, mit Leber und Champignons gefüllt

Garfertige Ente wie für Galantine vorbereiten, salzen, pfeffern, leicht mit Knoblauchpulver pudern, mit einer Farce aus Weißbrot, zerkleinerter Leber, Champignonscheiben, gehackter Petersilie und Ei füllen, verschließen, mit Wasser ansetzen, im eigenen Fett braten, angießen und schmoren, Fond entfetten, leicht mit Mehl binden, mit Weißwein aromatisieren.



Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Macairekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Risotto, Spätzle, Rotkohl, Rosenkohl, gedünsteter Chicorée, Blumenkohl, junge Erbsen, Gurkensalat, Salatteller.

Ente mit Meerrettichsoße

Garfertige Ente mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, aus der Brühe und einer hellen Mehlschwitze mit Zwiebel weiße Soße herstellen, mit geriebenem Meerrettich kräftig abschmecken, portionierte Ente damit soßieren.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelknödel, Mehlklöße, Salzkartoffeln, rote Bete, Krautsalat, Sauerkrautsalat, Salatteller.

Ente mit Sauerkirschen

Garfertige Ente salzen, pfeffern und leicht mit Majoran würzen, mit heißem Wasser ansetzen und im eigenen Fett braten, Bratensatz mit braunem Fond und trockenem Dessertwein ablöschen, entfetten, leicht mit Mehl binden. Mit wenig Soße entsteinte Sauerkirschen kurz dünsten, beim Anrichten über die Entenportion geben, Entensoße extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle,
Wirsingkohl, junge Erbsen, Blumenkohl, Salatteller.

Ente, mit Sauerkraut gefüllt

Ente wie für Galantine vorbereiten, mit Salz, Pfeffer und Majoran einreiben, mit halbgar gedünstetem Sauerkraut füllen, verschließen, mit heißem Wasser ansetzen, im eigenen Fett in der Bratröhre braten. Bratensatz mit braunem Fond ablöschen, entfetten, leicht mit Mehl binden.

Beilage: rohe Klöße, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln.

Entenbraten (Grundzubereitung)

Garfertige Ente salzen und pfeffern, dressieren, mit wenig heißem Wasser ansetzen, zugedeckt zunächst dünsten, damit sich das eigene Fett löst, danach offen in der Bratröhre im eigenen Fett braten, Ente aus dem Bratensatz nehmen, Bratgemüse darin schmoren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond angießen, zur Soße verkochen, entfetten, Ente vierteln, mit wenig heißer Soße soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Rotkohl, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Rosenkohl.

Hinweis: Ente kann auch vor dem Braten mit Äpfeln und Beifuß gefüllt werden.

Entenbraten mit Orangensoße

Entenrumpf salzen und pfeffern, von allen Seiten rasch anbraten, mit braunem Fond, Orangen- und Zitronensaft angießen, schmoren. Schmorfond entfetten, mit Mehl leicht binden, mit Sherry und Johannisbeergelee abschmecken. Orangenscheiben oder -filets mit wenig Entensoße dünsten, auf der Entenportion anrichten und mit der Soße soßieren.

Beilage: Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Spätzle, Risi-Pisi, Champignonreis.

Entenbrust in Sakesoße

Siehe Kamo Yoshino-ni.

Entenkroketten

Zubereitung wie Hühnerkroketten (siehe dort).

Entenleber

Siehe 6.8. Gerichte aus Geflügelklein.

Entenpaprikasch

Garfertige Ente in 8 Stücke zerlegen, mit Salz und Paprika würzen, auf ange-

schwitzten Würfeln von magerem Speck und Zwiebel kurz schmoren, mit Wasser und Pritamin (Paprikamark, Import aus Ungarn) angießen, Lorbeerblatt und wenig Knoblauchpulver zugeben, weichdünsten. Fond mit saurer Sahne oder Joghurt vollenden.

Beilage: Kartoffelklöße, Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Risi-Pisi, Kartoffelbrei,
Rotkohl, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Rosenkohl, Krautsalat, Salatteller.

Ente, pikant geschmort
(Boboc de Rata cu Castraveti)

Garfertige Ente vierteln, salzen, pfeffern, von allen Seiten rasch anbraten, aus dem Fett nehmen, im Bratfett reichlich Zwiebelscheiben und Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, Entenportionen wieder einlegen, halbgar schmoren, Würfel von Delikateßgurke zugeben, garen.

Beilage: Risi-Pisi, Risotto, Pommes frites, Strohkartoffeln, geschmorte Auberginen, Salatteller.

Gefüllte Ente

Siehe Ente, mit Backpflaumen gefüllt,
Siehe Ente, mit Kraut gefüllt,
Siehe Ente, mit Leber und Champignons gefüllt,
Siehe Ente, mit Sauerkraut gefüllt,
Siehe Entenbraten (Grundzubereitung).

Kamo Yoshino-ni (Japan)

Entbeinte Entenbrust mit Haut in sehr dünne Scheibchen schneiden und mit Stärke von beiden Seiten pudern. Dann kurz in heißem Salzwasser brühen und abtropfen lassen. Drei Teile milde Hühnerbrühe und einen Teil Sake (Reiswein) oder milden Sherry aufkochen und mit Salz, Sojasoße, etwas Zucker und wenig Glutal abschmecken. In diese Soße Ingwerstreifen und die Entenscheibchen geben und wenige Minuten durchziehen lassen.

Rate pe Varza (SR Rumänien)

Siehe Ente auf Sauerkraut, rumänisch.

6.5. Gerichte aus Gans

Bei Gerichten aus Gans ist zu beachten, daß Gänsefleisch zum Geflügel mit sehr hohem Fettanteil zählt. Es ist dunkler als das von Huhn, Broiler, Hähnchen und Pute und hat einen charakteristischen, arteigenen Geschmack. Ähnlich dem Entenfleisch hat Gänsefleisch durch seinen Fettgehalt einen hohen Garverlust beim Braten. Um den Fettgehalt der Speisen aus Gänsefleisch nicht noch durch Zugabe von Bratfett zu erhöhen, wird die Gans im allgemeinen mit wenig heißem Wasser angesetzt und dann im gelösten eigenen Fett weiter gebraten.
Die häufigsten *Zubereitungsarten* sind das *Braten* im ganzen und das *Schmoren.* Gans wird auch gefüllt zubereitet.
Infolge des hohen Fettgehalts werden zu Gänsefleischkomponenten säuerliche und kräftige Gemüsebeilagen bevorzugt.
Für die garfertige Vorbereitung durch Dressieren oder Bridieren gilt das in den Vorbemerkungen 6.2. Gerichte aus Huhn Gesagte.



Gans auf Schmorkohl

Gänserumpf salzen und pfeffern, mit wenig heißem Wasser ansetzen und danach im eigenen Fett unter häufigem Begießen braten, portionieren, auf in Gänsefett mit Apfelspalten geschmortem Weißkohl anrichten, mit der Gänsebratensoße aus dem Bratfond soßieren.

Beilage: rohe Klöße, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln.

Gänsebraten (Grundzubereitung)

Garfertige Gans salzen und pfeffern, mit Äpfeln und Beifuß füllen, binden, mit wenig heißem Wasser in der Pfanne ansetzen, im eigenen Fett unter häufigem Begießen braten, aus der Pfanne nehmen, im Bratensatz Zwiebel schmoren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Geflügelfond angießen, zu Soße verkochen, abfetten.

Beilage: Salzkartoffeln, rohe Klöße, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Apfelrotkohl, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Rosenkohl, Pilze.

Gänsebrust, geschmort

Garfertige, entbeinte Gänsebrust salzen und pfeffern, von allen Seiten rasch anbraten, auf angebratene Zwiebelscheiben geben, mit Tomatenmark dünsten, mit wenig Wasser angießen, garen. Schmorfond abfetten, leicht mit Mehl binden, angerichtete Gänsebrust damit soßieren.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Spätzle, Rotkohl, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Rosenkohl, Pilze.

Gänsekeule, geschmort

Gänsekeule salzen, auf allen Seiten rasch anbraten, Zwiebelscheiben zugeben und mitbraten, mit Tomatenmark und Wasser ergänzen, schmoren. Fond entfetten, mit Mehl leicht abziehen, über die Keule geben.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Rotkohl, Sauerkraut, Porreegemüse, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Pilze.

Gänsekeule mit Grünkohl

Gänsekeule mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, Brühe mit Mehl binden, mit Essig und Pfeffer pikant abschmecken. Gänsekeule auf mit magerem Speck und Zwiebel zubereiteten Grünkohl anrichten, Soße extra.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße.

Gänsekroketten

Zubereitung wie Hühnerkroketten (siehe dort).

Gänseleber

Siehe 6.8. Gerichte aus Geflügelklein.

Gänsepaprikasch

Garfertige Gans in Portionsstücke zerteilen, salzen und paprizieren, auf angeschwitzten Zwiebelscheiben mit Pritamin (Paprikamark, Import aus der Ung. VR) dünsten, mit Wasser und Lorbeerblatt ergänzen, garen. Fond mit in saurer Sahne oder Joghurt angerührtem Mehl binden.

Beilage: Kartoffelklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Reis, Spätzle, Rotkohl, junge Erbsen, Porreegemüse, Krautsalat, gemischter Salat.

Gans, gefüllt mit Äpfeln und Backpflaumen

Garfertige Gans salzen und pfeffern, mit geschälten, vom Kerngehäuse befreiten Äpfeln und entsteinten, eingeweichten Backpflaumen füllen, verschließen, mit wenig heißem Wasser ansetzen, im eigenen Fett unter häufigem Begießen braten. Fond abfetten, ganz leicht binden. Portionierte Gans mit der Fülle anrichten, Soße extra.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Rosenkohl, Rotkohl, Krautsalat, Salatteller.

Gans, gefüllt mit Maronen

Garfertige Gans salzen und pfeffern, mit Bratwurstmasse, die mit geschälten Maronen vermengt ist, füllen, verschließen. Mit heißem Wasser ankochen, danach braten, Bratensatz mit Mehl anstäuben, mit der Brühe auffüllen, zur Soße verkochen, entfetten. Portionierte Gans mit der Fülle anrichten, Soße extra.

Beilage: Apfelrotkohl, Rosenkohl, Butterbohnen, gedünsteter Chicorée, Krautsalat, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Mehlklöße, Spätzle.

Gans, gefüllt mit Semmelfarce

Garfertigen Gänserumpf salzen, mit einer Farce aus Weißbrot, angebratenen Gänseleberwürfeln, Apfelstücken und geweichten Rosinen füllen, verschließen. Mit wenig heißem Wasser ansetzen, im eigenen Fett braten, Bratensatz mit Apfelwein und Wasser angießen, aufkochen, mit Mehl leicht abziehen, entfetten.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Macairekartoffeln, Mehlklöße, Kartoffelklöße, Spätzle, Pilze, Rotkohl, Rosenkohl, Grünkohl, Bayrisch-Kraut, Krautsalat.

Gans in Pilzsoße

Garfertige Gans in mehrere Portionen zerlegen, mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, nach dem Garen mit dem Fond gedünstete Pilze angießen, mit Mehlbutter abziehen und mit saurer Sahne vollenden.

Beilage: Semmelklöße, Mehlklöße, Mehlnocken, Kartoffelklöße, Spätzle, Salzkartoffeln,
Rosenkohl, Butterbohnen, Bayrisch-Kraut, Porreegemüse, Krautsalat, Salatteller.

Gans in Rotwein

Garfertige Gans salzen und pfeffern, mit wenig heißem Wasser und Rotwein ansetzen, im eigenen Fett braten. Bratensatz mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond und Rotwein angießen, zur Soße verkochen, entfetten.

Beilage: Kartoffelklöße, Kartoffelbällchen, Mehlklöße, Semmelklöße, Spätzle, Macairekartoffeln,
Rosenkohl, Wirsingkohl, Pilze, Butterbohnen, Salatteller.

Gans in Sahnesoße

Garfertige Gans mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, aus der Brühe, Sahne und einer hellen Mehlschwitze Sahnesoße herstellen, leicht mit Knoblauch aromatisieren.

Beilage: Mehlklöße, Mehlnocken, Semmelklöße, Kartoffelklöße, Spätzle, Salzkartoffeln,
Apfelrotkohl, Rosenkohl, Porreegemüse, grüne Bohnen, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat.

Gans mit Gemüsen

Garfertige Gans in mehrere Portionen zerlegen, salzen, pfeffern, von allen Seiten rasch anbraten, mit angeschwitzten Zwiebelscheiben und Tomatenmark schmoren, mit Wasser leicht angießen, garen. In den Schmorfond gedünstete Karotten, Selleriewürfel, grüne Erbsen, Blumenkohlröschen geben, durchziehen lassen und mit in Joghurt angerührtem Mehl leicht abziehen.

Beilage: Mehlköße, Mehlnockerln, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Kartoffelklöße, rohe Klöße, Salatteller.

Gans mit Meerrettichsoße

Garfertige Gans mit Suppengemüse, Lorbeerblatt in Salzwasser kochen, aus der



Brühe mit einer hellen Schwitze unter Zugabe von Milch eine helle Soße herstellen, mit geriebenem Meerrettich kräftig abschmecken. Gans mit der Meerrettichsoße soßieren und mit Mixed Pickles garnieren.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln,
Porreegemüse, Grünkohl, Rosenkohl, rote Bete, Krautsalat.

Gebratene Gans

Siehe Gänsebraten.

Gefüllte Gans

Siehe Gans, gefüllt mit Äpfeln und Backpflaumen,
Siehe Gans, gefüllt mit Maronen,
Siehe Gans, gefüllt mit Semmelfarce.

6.6. Gerichte aus Pute

Putenfleisch ist ein relativ mageres Geflügelfleisch mit charakteristischem, arteigenem Geschmack, das sehr vielfältig verarbeitet werden kann. Es ist im Prinzip ein weißes Fleisch, obgleich einzelne Teile (z. B. die Keulen) ziemlich dunkel sind. Zu beachten sind die kräftig entwickelten Muskeln (Sehnen) in der Keule, die vor dem Garen herausgezogen werden müssen, da sie beim Garen hart werden und somit den Verzehr der Keulen nahezu unmöglich machen.
Für Pute sind auch die Begriffe *Puter, Truthahn, Truthenne* und *Welschhahn* verbreitet. Die fachfranzösische Bezeichnung lautet *Dinde.*
Das zarte Putenfleisch wird meist *gebraten,* aber auch *gegrillt* und *ragoutartig* zubereitet. Das Fleisch älterer Tiere wird *geschmort* oder *gekocht.*

Champignonpute

Garfertige Pute in mehrere Teile zerlegen, salzen, pfeffern, von allen Seiten goldgelb anbraten, Zwiebelwürfel mit anschwitzen, mit Geflügelbrühe angießen, garen. Aus dem Fond mit heller Mehlschwitze unter Verwendung von Champignonfond eine Soße herstellen, mit Champignonscheiben ergänzen, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken. Putenstücke entbeinen, mit der Soße erhitzen und anrichten, mit Champignonköpfen oder kleinen, ganz gedünsteten Champignons garnieren.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Schloßkartoffeln, Würfelkartoffeln, Spätzle, Mehlklöße,
junge Erbsen, Butterbohnen, Blumenkohl, Mischgemüse, Salatteller.

Pute, gebraten (Grundzubereitung)

Garfertige Pute salzen, bridieren, von allen Seiten anbraten, unter häufigem Begießen im Bratofen braten, Brust abdecken, damit sie nicht austrocknet. Bratensatz mit braunem Fond angießen, durchkochen, mit Mehl leicht binden.

Beilage: Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Macairekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Spätzle,
Rosenkohl, Blumenkohl, Butterbohnen, junge Erbsen, Rotkohl, Salatteller.

Pute, gefüllt mit Pilzen

Garfertige Pute salzen, mit einer Fleischfarce mit Pilzen und geweichtem Weißbrot füllen, verschließen, anbraten, mit braunem Fond angießen, schmoren, Brust mit Speck abdecken. Fond leicht binden und mit gedünsteten Champignonscheiben ergänzen. Putenportionen mit der Füllung anrichten.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Spätzle, Rise-Pisi,

Blumenkohl, Rosenkohl, junge Erbsen, Salatteller.

Hinweis: Es sind auch eine ganze Anzahl anderer Füllungen möglich.

Pute mit Grillwürstchen und Champignons

Pute saftig braten (siehe Pute, gebraten), portionieren, heiß anrichten, mit glasierten Zwiebeln, gedünsteten Champignons, Karotten und gegrillten Grillwürstchen umlegen, mit magerer, gegrillter Speckscheibe garnieren. Soße extra.

Beilage: Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Salatteller.

Putenbraten

Siehe Pute, gebraten.

Putenbrust, gefüllt

Ausgelöste und gehäutete Putenbrust aufschneiden, mit einer Fleisch- oder Semmelfarce füllen, verschließen, von allen Seiten goldgelb anbraten, mit braunem Fond angießen, schmoren. Schmorfond mit Rotwein und braunem Fond ergänzen, mit Mehl leicht binden.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Kartoffelplätzchen, Risi-Pisi, Spätzle, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln,
Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, Champignons, Rosenkohl, Salatteller.

Putenbrust, geschnetzelt

Ausgelöste Putenbrust enthäuten, in Streifen schneiden, salzen und pfeffern, saftig braten, geriebene Zwiebel und Champignonscheiben unterschwenken, gemeinsam dünsten, mit Zitronensaft und Weißwein vollenden, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln. Mandelkroketten, Petersiliekartoffeln, Curryreis, Ananasreis, Risi-Pisi, Spätzle, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Kann auch leicht mit Mehl und Kondensmilch gebunden werden.

Putenbrust, gepickt

Zubereitung wie Putenkeule, gepickt (siehe dort).

Putenbrust in Curryrahm

Siehe Putenkeule in Curryrahm.

Putenbrust mit Ananas und Schinken

Ausgelöste Putenbrust enthäuten, salzen und pfeffern, saftig braten, in Scheiben schneiden, Kochschinkenstreifen und Ananasraspeln in Butter anschwenken und über die angerichteten Putenbrustscheiben geben.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Champignonreis, Spätzle,
Spargel, Blumenkohl, Rosenkohl, junge Erbsen, Salatteller.

Putenfrikassee mit Spargel und Erbsen

Entbeintes und enthäutetes Putenfleisch würfeln, mit Lorbeerblatt und Zwiebel in Salzwasser garen, gedünsteten Brechspargel und junge Erbsen zugeben, mit Mehlbutter binden, mit Zitronensaft abschmecken, mit Eigelb und Sahne oder Weißwein legieren.

Beilage: Risotto, Champignonreis, Schinkenreis, Risi-Pisi, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, junge Erbsen, Blumenkohl, Salatteller.

Putengulasch

Putenfleisch entbeinen, enthäuten und würfeln, mit Würfeln von magerem Speck anbraten, etwas Tomatenmark und Zwiebelwürfel zugeben, schmoren, mit



edelsüßem Paprika anstäuben, mit etwas Wasser angießen, garen, mit in Joghurt oder saurer Sahne angerührtem Mehl leicht binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Spätzle, Butternudeln, Mehlklöße, Mehlnockerln, Risotto, Rotkohl, junge Erbsen, Rosenkohl, Blumenkohl, Pilze, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Putenkeule, geschmort

Putenkeule salzen und pfeffern, von allen Seiten goldgelb anbraten, mit Zwiebelwürfeln und Tomatenmark schmoren, mit Wasser leicht angießen, garen. Fond mit in Joghurt angerührtem Mehl leicht abziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Mehlklöße, Mehlnockerln, Spätzle, Butterreis, Rotkohl, Rosenkohl, Butterbohnen, junge Erbsen, Mischgemüse, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Putenkeule, gespickt

Garfertige Putenkeule mit magerem Speck spicken, salzen und pfeffern, von allen Seiten goldgelb anbraten, mit braunem Geflügelfond angießen, schmoren. Fond leicht mit Mehl binden und mit Rotwein abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Petersiliekartoffeln, Paprikakartoffeln, Kartoffelkroketten, Champignonreis, Mehlklöße, Butternudeln, Spätzle, Spinat, Rotkohl, Porreegemüse, junge Erbsen, Bayrisch-Kraut, Gurkensalat, gemischter Salat.

Putenkeule in Curryrahm

Putenkeule entbeinen, salzen und paprizieren, mit Zwiebelwürfeln anbraten, mit heller Geflügelsoße angießen, mit Currypulver würzen, garen. Mit Weißwein und Ananasraspeln sowie saurer Sahne vollenden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Schloßkartoffeln, Butterkartoffeln, Champignonreis, Schinkenreis, Mehlklöße, Rosenkohl, Blumenkohl, Salatteller.

Hinweis: Gleiche Zubereitung ist auch für Putenbrust möglich.

Putenkeule in Weißwein

Putenkeule mit gemahlenem Pfeffer, Zwiebelwürfelchen und Weißwein marinieren, abtropfen und von allen Seiten goldgelb anbraten, mit Zwiebelwürfeln und Champignonscheiben dünsten, mit Weißwein und Geflügelfond angießen, garen. Soße mit Eigelb und Sahne vollenden.

Beilage: Risi-Pisi, Risotto, Ananasreis, Petersiliekartoffeln, Spargel, Champignons, junge Erbsen, Blumenkohl, Karotten, Kopfsalat, Salatteller.

Putenkroketten

Zubereitung wie Hühnerkroketten (siehe dort).

Beilage: wie Hühnerkroketten (siehe dort).

Putenleber

Siehe 6.8. Gerichte aus Geflügelklein.

Putenragout, pikant

Putenfleisch entbeinen und enthäuten, in Würfel schneiden, mit Zwiebelwürfeln anbraten, mit Mehl anstäuben, mit Geflügelbrühe angießen, glatt rühren, garen. Kurz vor Abschluß des Garens bißfest gedünstete Möhrenscheiben und Lauchstreifen unterziehen, mit Weißwein und Eigelb legieren. Vor dem Anrichten Südfruchtwürfel (nach Wahl Orangen, Mandarinen, Grapefruit, Ananas) untermengen.

Beilage: Champignonreis, Risi-Pisi,

Schinkenreis, Petersiliekartoffeln, Spargel, Blumenkohl, Champignons, junge Erbsen, Salatteller.

Putenrollbraten

Garfertige Pute vom Rücken her auslösen, plattieren, salzen, pfeffern, mit einer Fleischfarce bestreichen, rollen, binden, von allen Seiten anbraten, mit Zwiebelwürfeln, Tomatenmark und Streifen von magerem Speck schmoren, Bratensatz mit braunem Geflügelfond angießen, mit in Joghurt angerührtem Mehl leicht abziehen und den in Scheiben geschnittenen Putenrollbraten damit soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelkroketten, Macairekartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Risotto, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Rosenkohl, Mischgemüse, Blumenkohl, Gurkensalat, gemischter Salat.

Putenschnitte, gebraten

Garfertige Pute vom Rücken her auslösen, plattieren, salzen, pfeffern, rollen, binden, mit Suppengemüse in Geflügelbrühe garen, erkalten lassen. In Scheiben schneiden, mit Salz, Pfeffer und Curry würzen, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren und langsam von beiden Seiten knusprig braten. Trocken anrichten, Rotweinsoße aus mit Rotwein verrührtem Tomatenmark und edelsüßem Paprika extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Spätzle, Gurkensalat, Kopfsalat, Chicoréesalat, Salatteller.

Putenschnitzel

Putenbrust entbeinen und enthäuten, in Scheiben schneiden, jede Scheibe mit einer dünnen Scheibe Kochschinken und Schnittkäse belegen und mit einer zweiten Putenfleischscheibe abdecken, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Röstkartoffeln, Gurkensalat, Kopfsalat, Chicoréesalat, Salatteller.

6.7. Gerichte aus Taube

Gerichte aus Taubenfleisch werden nur noch selten hergestellt. Das Aufkommen ist recht gering, und Tauben werden zunehmend durch günstiger zu züchtende und zu mästende Geflügelarten in der Speisenproduktion verdrängt.
Taubenfleisch ist dunkel und fettarm. Das Fleisch junger Tiere wird *gebraten* (auch gefüllt) und *gegrillt.* Ältere Tiere können nur *geschmort* oder für die Herstellung von Brühe verwendet werden.

Taube, gebraten (Grundzubereitung)

Garfertige Taube salzen, binden, Brust mit Speck bardieren, saftig braten, Bratensatz mit Geflügelfond und Weißwein angießen, mit Mehl leicht binden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Macairekartoffeln, Risi-Pisi, Schinkenreis, Ananasreis, Spätzle, Salatteller.

Taube, gebraten, mit Weinbeeren

Zubereiten wie Taube, gebraten (Grundzubereitung). Entkernte Weinbeeren in Butter anschwenken und beim Anrichten über die Taube geben.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Champignonreis, Reiskroketten, überbackener Blumenkohl, Grünspargel, Salatteller.



Taube gefüllt (Grundzubereitung)

Garfertige Taube salzen, mit einer Farce aus schaumig gerührter Butter, eingeweichtem Weißbrot, Ei, gehackter Petersilie, Muskat und Salz füllen, verschließen, saftig braten. Bratensatz mit braunem Geflügelfond und Weißwein angießen, verkochen, mit Mehl leicht binden.

Beilage: Kartoffelkroketten, Macairekartoffeln, Schloßkartoffeln, Champignons, Blumenkohl, Rosenkohl, Salatteller.

Hinweis: Es sind auch eine ganze Anzahl anderer Füllungen möglich.

Taube, geschmort mit Champignons

Garfertige Taube salzen und binden, von allen Seiten anbraten, mit Weißwein ablöschen, mit Würfeln von magerem Speck, Perlzwiebeln und Champignons schmoren, mit braunem Geflügelfond ergänzen, garen, Fond leicht mit Mehl binden.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Petersilienkartoffeln, Butterkartoffeln, Schloßkartoffeln, Kartoffelkugeln, Salatteller.

Taube in der Hülle

Garfertige Taube halbieren, entbeinen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten in Butter anbraten, mit einer Scheibe Kochschinken und Champignonscheiben in gefettete Aluminiumfolie hüllen, gut verschließen, in trockener Hitze (Grill oder Bratröhre) garen. In der Folie servieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Schloßkartoffeln, Spätzle, Schinkenreis, Ananasreis, Weinkraut, junge Erbsen, Spargel, Blumenkohl, überbackener Blumenkohl, Salatteller.

Taube in Weißwein

Garfertige Taube mit Suppengemüse in Salzwasser garen, aus heller Mehlschwitze und der Taubenbrühe eine helle Soße bereiten, mit Weißwein abschmecken, mit Eigelb und Sahne legieren.

Beilage: Butterreis, Champignonreis, Schloßkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Champignons, Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, Butterkarotten, Spargelsalat, Salatteller.

Taube mit Orange

Garfertige Taube salzen und pfeffern, mit Speck bardieren, saftig braten, Bratensatz mit Weißwein und Orangensaft angießen, verkochen, mit Mehl leicht binden. Beim Anrichten mit angeschwenkten Orangenscheiben oder -filets garnieren.

Beilage: Mandelkroketten, Schloßkartoffeln, Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Risi-Pisi, Champignonreis, Schinkenreis, überbackener Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, Champignons, Salatteller.

Taube vom Rost

Garfertige Taube halbieren, Rückgrat entfernen, leicht plattieren, salzen, pfeffern, leicht anbraten, mit zerlassener Butter bestreichen, auf dem Rost garen. Kalte Rotweinsoße oder Cumberlandsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Salatteller.

Taube vom Rost mit Leber und Champignons

Zubereitung wie Taube vom Rost, beim Anrichten mit gebratener Geflügelleber und im ganzen gebratenen, kleinen Champignons sowie gegrillter, magerer Speckscheibe garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Waffelkartoffeln, Chicoréesalat, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

6.8. Gerichte aus Geflügelklein

Unter Geflügelklein werden *Kopf, Hals, Flügel, Herz, Magen* und *Leber* der Schlachtgeflügelarten zusammengefaßt, aus denen sich neben Suppen und Brühen (siehe dort) sowie der Verwendung als Einlage in Eintöpfe eine Anzahl sehr unterschiedlicher Speisenkomponenten herstellen lassen. Eine Sonderstellung nimmt dabei die Geflügelleber (insbesondere die Gänseleber) ein, die eine begehrte Delikatesse darstellt und auch in der Kalten Küche vielfältig zubereitet wird.

Entenleber, gebraten

Parierte Entenleber salzen und mehlieren, saftig braten, auf gebratenen Apfelringen anrichten, mit gebratener Zwiebel belegen.

Beilage: Kartoffelpüree, Kartoffelschnee, Bratkartoffeln, Pommes frites, Gurkensalat, Salatteller.

Entenleberragout, pikant

Zubereitung wie Hühnerleberragout, pikant (siehe dort).

Beilage: Kartoffelpüree, Salzkartoffeln, Risotto, Spätzle, junge Erbsen, Rotkohl, Gurkensalat, Salatteller.

Gänsehals in Rotwein, gefüllt

Haut des Gänsehalses abziehen und säubern, salzen, pfeffern, mit einer Fleischfarce, die mit Leberstücken vermengt und mit Weinbrand abgeschmeckt ist, füllen, zunähen, in Geflügelbrühe mit Suppengemüse garziehen. Aus dem Fond eine Rotweinsoße herstellen. Erkalteten Gänsehals in Scheiben schneiden, erhitzen und mit der Rotweinsoße soßieren.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelpüree, Macairekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Risi-Pisi, Spätzle,
junge Erbsen, Blumenkohl, Champignons, Salatteller.

Hinweis: 1. Es sind auch andere Füllungen möglich.
2. Der Gänsehals kann vor dem Garziehen von allen Seiten angebraten werden.
3. Gefüllter Gänsehals wird auch in der Kalten Küche verwendet.

Gänseklein in Petersiliesoße

Gesäubertes Gänseklein (ohne Leber) mit Suppengemüse in Salzwasser kochen, aus der Brühe mit heller Mehlschwitze Soße herstellen, in der Soße Gänseklein durchziehen lassen, gehackte Petersilie untermengen.

Beilage: Butterreis, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, junge Erbsen, Mischgemüse, Salatteller.

Hinweis: Zubereitung ist auch für anderes Geflügelklein (z. B. Hühnerklein) möglich.

Gänseklein in Tomatensoße

Zubereitung wie Geflügelklein in Paprikasoße, jedoch Tomatensoße verwenden.

Beilage: Spätzle, Mehlnockerln, Butternudeln, Salzkartoffeln, Risotto,
junge Erbsen, Butterbohnen, gemischter Salat.

Gänseleber mit Apfel und Zwiebel

Parierte Gänseleber salzen, pfeffern, mehlieren, rosa braten, auf gebratenen Apfelringen (im gleichen Fett gebraten) anrichten, mit gebratenen Zwiebelscheiben belegen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelschnee, Pommes frites, Spätzle, Salatteller.



Gänseleber mit Champignons

Parierte Gänseleber salzen, pfeffern, mehlieren, rosa braten, aus dem Fett nehmen und warm stellen, im Bratfett kleine, gedünstete Champignons anschwenken und über die Gänseleber geben.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Macairekartoffeln, Butterkartoffeln, Spätzle, Salatteller.

Gänseleber mit Weintrauben

Parierte Gänseleber salzen, pfeffern, mehlieren, rosa braten, aus dem Fett nehmen, warm stellen, im Bratfett entkernte Weinbeeren anschwenken, mit Weißwein ablöschen und über die Leber geben.

Beilage: Mandelkroketten, Petersiliekartoffeln, Risi-Pisi, Butterkartoffeln, Schloßkartoffeln,
Salatteller.

Gänseleberstreifen, mit Zwiebel geschmort (Piritott libamaj magyarosam)

Parierte Gänseleber in Streifen schneiden, auf angeschwitzten Zwiebelwürfeln schmoren, mit Salz und edelsüßem Paprika würzen.

Beilage: Pommes frites, Risi-Pisi, Mehlnockerln, Spätzle, Gurkensalat, Kopfsalat, Salatteller.

Gänseschwarzsauer

Gänseklein mit Suppengemüse in Salzwasser weichkochen, aus der Brühe mit Mehlschwitze eine helle Soße herstellen, mit Essig, Salz, Zucker und Gänseblut abschmecken, Gänseklein, kleine, gedünstete Birnen und Mehlklößchen in die Soße geben und durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße,
Salatteller.

Hinweis: 1. Anstelle Gänseblut kann auch anderes Blut verwendet werden.
2. Anstelle Birnen kann auch Backobst verwendet werden.

Geflügelklein in Paprikasoße

Geflügelklein mit Suppengrün in Salzwasser kochen, aus der Brühe eine Paprikasoße (mit Speck und Zwiebel) herstellen, das gekochte und anschließend leicht angebratene Geflügelklein anrichten, mit der Paprikasoße soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Butterreis, Risi-Pisi,
junge Erbsen, Mischgemüse, Butterbohnen, Blumenkohl, Wirsing, Gurkensalat, Salatteller.

Geflügelklein in Petersiliesoße

Siehe Gänseklein in Petersiliesoße.

Geflügelklein mit Gemüsen

Geflügelklein mit Suppengemüse in Salzwasser weichkochen, aus der Brühe mit Mehlschwitze eine helle Soße herstellen, mit Zitronensaft und Weißwein abschmecken, gedünstete Blumenkohlröschen, Erbsen, Möhrenwürfel, Lauchstreifen, Champignonscheiben und das entbeinte Klein hineingeben, durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Risotto, junge Erbsen, Salatteller.

Geflügelkleinragout (Grundzubereitung)

Geflügelklein goldgelb anbraten, mit Zwiebelwürfeln und Tomatenmark schmoren, mit Mehl anstäuben, mit Geflügelbrühe angießen, verrühren, durchkochen, garen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße,
Mischgemüse, Butterbohnen, Rotkohl,

Blumenkohl, Bayrisch-Kraut, Spinat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. In das Geflügelragout können noch verschiedene Einlagen, wie Pilze, Gemüsewürfel, gegeben werden.
2. Das Geflügelragout kann auch nur aus Geflügelmagen oder -herzen hergestellt werden.

Geflügelkleinragout, garniert

Geflügelkleinragout mit wenig Soße anrichten, mit angebratenen Cocktailwürstchen oder Würstchenscheiben, gegrillter, magerer Speckscheibe, gedünsteten Möhrenscheiben und Champignons garnieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Risotto, Mehlnockerln, Rotkohl, Rosenkohl, Mischgemüse, gemischter Salat.

Geflügelleber in Rotwein

Vorbereitete Geflügelleber salzen, mehlieren, mit Zwiebelwürfeln rosa braten, in Rotweinsoße anschwenken, ohne aufkochen zu lassen.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Risotto, Butterreis, Spätzle, junge Erbsen, Blumenkohl, Salatteller.

Hinweis: Die Geflügelleber kann vor dem Braten auch in Streifen geschnitten oder gewürfelt werden.

Geflügelmagen in Petersiliesoße

Garfertige Geflügelmagen mit Suppengemüse in Salzwasser weichkochen, mit Mehlschwitze aus der Brühe helle Soße herstellen, die in Scheiben oder Würfel geschnittenen Magen darin durchziehen lassen, mit gehackter Petersilie vermengen, mit Eigelb und Sahne legieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Butterreis, Mehlklöße,
Mischgemüse, junge Erbsen, Spinat, Salatteller.

Geflügelmagenragout

Siehe Geflügelkleinragout (Grundzubereitung).

Geflügelragout

Siehe Geflügelkleinragout.

Hähnchenleber

Zubereitung wie Hühnerleber in saurer Sahne (siehe dort) oder Geflügelleber in Rotwein (siehe dort).

Beilage: Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Risi-Pisi, Butterreis, Spätzle, Mehlklöße,
Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, Salatteller.

Hühnerleber in saurer Sahne (Sowjetunion)

Parierte Leber salzen und mehlieren, rosa braten, mit saurer Sahne durchschwenken ohne kochen zu lassen, mit gehackter Petersilie und (oder) feingeschnittenem Dill bestreuen.

Beilage: Pommes frites, Risi-Pisi, Butterreis,
junge Erbsen, Mischgemüse, Blumenkohl, Salatteller.

Hühnerleberragout, pikant

Zwiebelwürfel, Tomatenwürfel und Gewürzgurkenstreifen schmoren, mit Paprika und Salz abschmecken, rosa gebratene Geflügelleber daruntermengen, kurz durchziehenlassen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelbrei, Risotto,
Spinat, junge Erbsen, Mischgemüse, Salatteller.



Hühnermagen

Siehe Geflügelmagen.

Piritott libamaj magyarosam (Ungarische VR)

Siehe Gänseleberstreifen, mit Zwiebel geschmort.

Putenherzen in Currysoße

Die gesäuberten Herzen weich kochen, aus der Brühe mit einer Mehlschwitze helle Soße herstellen, kräftig mit Curry, Zitronensaft und Salz abschmecken, die in Scheiben oder Würfel geschnittenen Herzen hineingeben und durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Butterreis, Mehlklöße, Mischgemüse, Möhrengemüse, Gurkensalat, Salatteller.

Hinweis: Zubereitung ist auch für die Magen der anderen Geflügelarten möglich.

Putenleber in Madeirasoße

Parierte Putenleber salzen, pfeffern, mehlieren, rosa braten, in braune Grundsoße geben, Bratenfond mit Madeira ablöschen und in die Soße geben, mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken, durchziehen lassen, ohne aufzukochen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Reis, Blumenkohl, Pilze, junge Erbsen, Salatteller.

Putenleber mit Zwiebel und Tomaten

Parierte Putenleber saftig braten, aus dem Fett nehmen und warm stellen, im Bratfett Zwiebelwürfel anschwitzen, mit Tomatenwürfeln und Rosmarin dünsten, mit wenig Jus angießen, durchschwenken und über die Leber beim Anrichten geben.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle,
Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Salatteller.

Putenmagen in Paprikasahnesoße

Vorbereitete und halbierte Putenmagen mit Suppengemüse in Salzwasser weichkochen, mit der Brühe und einer Mehlschwitze mit Paprika Soße herstellen, durchkochen, die in Scheiben oder Würfel geschnittenen Magen hineingeben, durchziehen lassen, mit Salz, Zucker und Zitronensaft abschmecken. Mit saurer Sahne oder Joghurt vollenden.

Beilage: Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Salzkartoffeln, Spätzle, Mehlklöße, Mehlnockerln, Risotto,
Mischgemüse, Möhrengemüse, Porreegemüse, Grünkohl, Rosenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Hinweis: Zubereitung kann auch für Magen der anderen Geflügelarten angewendet werden.

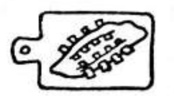
Ragout von Geflügelherzen und -magen

Siehe Geflügelkleinragout.

7. *Gerichte aus Wild*

7.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Gerichte aus Wild

Die Gruppe umfaßt eine große Zahl sehr unterschiedlicher Gerichte aus dem Fleisch verschiedener jagdbarer Tiere, dem Wild. Für das Fleisch ist die Bezeichnung *Wildbret* als Sammelbegriff üblich.
Es lassen sich zwei große Gruppen bilden, nämlich die des *Schalen- sowie Niederwildes* und des *Flugwildes* oder *Wildgeflügels*. Nach TGL 11 391 wird Wildgeflügel mit der Gruppe Niederwild zusammengefaßt. Gerichte aus Wildfleisch sind sehr beliebt, da sie einen arteigenen, charakteristischen Geschmack aufweisen. Nach den einzelnen Wildarten bestehen im Geschmack und in der Zusammensetzung des Fleisches erhebliche Unterschiede. Am häufigsten wird das Fleisch von *Hase, Hirsch, Reh, Wildschwein* in den Küchen verarbeitet.
Wildgeflügel gelangt erheblich seltener zur Verarbeitung, obwohl durch gezielte Aufzucht einiger Arten, z. B. Fasanen in den Fasanerien und Wachteln in den Wachtelfarmen der Forstwirtschaft, die Bereitstellung wesentlich erhöht wurde. Die am häufigsten angebotenen Arten sind *Fasan, Rebhuhn, Wachtel*.
Wildfleisch bedarf infolge seiner arteigenen Fleischstruktur einer längeren Reifezeit. Diese sog. *Abhängezeit* beträgt im allgemeinen 8 bis 10 Tage.
Bei der *Vorbereitung des Wildbrets* für den Garprozeß bestehen *drei Besonderheiten*. Das Wildfleisch ist unter dem Fell von einer zähen Haut umgeben, die vor dem Garen sorgfältig und ohne das Fleisch zu verletzen zu entfernen ist. Ferner wird Wildfleisch fast immer vor dem Garen zunächst in eine *Marinade* (Essigmarinade, Rotweinmarinade, Weißweinmarinade), in den meisten Fällen sogar für mehrere Tage, eingelegt, um es zarter zu machen. Eine weitere Variante besteht im Einlegen in Buttermilch oder Sauermilch. Ferner wird Wildfleisch meist gespickt, um es beim Braten saftiger zu erhalten.
Für das Fleisch jüngerer Tiere sind als *Zubereitungsarten* vor allem das *Kurzzeitbraten*, das *Langzeitbraten* und das *Grillen* üblich; das Fleisch älterer Tiere wird meist geschmort oder *ragoutartig* zubereitet. Als *Soße* sind vor allem solche auf Rotwein- oder Sahnebasis beliebt. Als *Gemüsebeilagen* werden Pilze und Kohlarten bevorzugt. Häufig werden als Garnierung oder in anderer Weise Preiselbeeren, Moosbeeren oder auch Hagebutten mit verarbeitet. Ein typisches *Gewürz* bei der Zubereitung von Wildgerichten sind Wacholderbeeren, deren Aroma den arteigenen Geschmack des Wildbrets unterstreicht.



Als *Sättigungsbeilage* eignen sich besonders gut Klöße verschiedener Art und Kartoffelbällchen.
Gebratenes Wildbret ist auch für kalte Gerichte sehr beliebt (siehe Abschnitt 15.3. Kalte Speisen auf Wildbasis).
Je nach Art des verarbeiteten Wildbrets, der Zubereitungsart und der Kombination mit Sättigungs- bzw. Gemüse- und Salatbeilage ist der *Sättigungswert* von Wildbretgerichten sehr unterschiedlich. Beispielsweise beträgt er für folgende Gerichte:[1]

Hasenläufchen mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln	3 975 kJ (850 kcal)
Rehkeule in Sahnesoße, Rosenkohl, Petersiliekartoffeln	2 930 kJ (700 kcal)
Rehsteak mit Butterchampignons, Pommes frites	3 050 kJ (730 kcal)
Wildgulasch auf Makkaroni, Kopfsalat	3 975 kJ (950 kcal)
Geschmorte Wildschweinkeule, Rotkohl, rohe Klöße	4 520 kJ (1 080 kcal)

Die Gliederung der Gruppe Gerichte aus Wild kann unterschiedlich erfolgen. Im folgenden Text erfolgt die Einteilung in

Gerichte aus Hasenfleisch,
Gerichte aus Hirschfleisch,
Gerichte aus Rehfleisch,
Gerichte aus Wildschweinfleisch,
Gerichte aus Wildgeflügel,
Gerichte aus sonstigem Wildbret.

7.2. Gerichte aus Hasenfleisch

Das Fleisch junger Tiere wird *gebraten*, das Fleisch älterer Tiere *geschmort*. Bei der Vorbereitung auf den Garprozeß ist auf die Verletzungen durch Schrot und das Entfernen der Schrotkörner zu achten. Der Hase wird vor dem Garen zerlegt, und die einzelnen Teile werden unterschiedlich verarbeitet. Rücken und Keule werden gebraten oder geschmort, Läufchen geschmort, Hasenklein (Schulter, Hals, Brust, Bauchlappen, Leber) zu Ragouts verarbeitet. Der Rücken wird auch entbeint und das Fleisch als sog. *Hasenfilet* meist kurzgebraten. Da das Fleisch fettarm ist, wird es gespickt; es wird auch fast immer vor dem Garen mariniert.

Frissen sült nyúlfilé csipkeizes mártással (Ungarische VR)

Siehe Hasenfilet in Hagebuttensoße.

Hasenbraten

Siehe Hasenrücken.

Hasenfilet in Hagebuttensoße (Frissen sült nyúlfilé csipkeizes mártással)

Hasenrücken auslösen, Medaillons schneiden, salzen, pfeffern, mit Öl bestreichen, übereinandergeschichtet einige Stunden ruhen lassen, in Schweineschmalz oder Speckfett rosa braten, anrichten, mit

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972

kammartig geschnittenem, gegrilltem oder gebratenem Speck garnieren. Soße aus Hagebuttenmarmelade, mit Rotwein, Senf, Salz und Weinbrand verrührt, extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Rosenkohl, Pilze, Salatteller.

Hase im Topf

Garfertigen Hasen und Schweinebauch in Stücke schneiden, mit Zwiebelwürfeln, Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer, gehackter Petersilie und Reibebrot in Schmortopf schichten, mit Rotwein und Wasser bedecken, zugedeckt im Bratofen garen.

Beilage: Kartoffelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Rotkohl, Grünkohl, Rosenkohl, Sauerkraut, Pilze, Krautsalat, gemischter Salat.

Hasenkeule, geschmort

Garfertige Hasenkeule in Essigmarinade mit Gemüsen marinieren, abtropfen, rasch anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Mehl anstäuben, mit braunem Wildfond und Rotwein angießen, mit Wacholderbeeren weichschmoren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, rohe Klöße, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Pilze, Mischgemüse, Krautsalat, gemischter Salat.

Hasenkeule in Sahne

Zubereitung wie Hasenläufchen in Sahne (siehe dort).

Hasenkeule, geschmort, mit Weintrauben

Garfertige gespickte Hasenkeule in einer Essigmarinade mit Gemüsen, Lorbeerblatt und Nelken marinieren, gut abtropfen, von beiden Seiten anbraten, Bratgemüse mitbraten, mit Marinade und braunem Fond angießen, garschmoren. Fond mit in saurer Sahne angerührtem Mehl abziehen, durchkochen, passieren, mit Zitronensaft abschmecken, gedünstete Weintrauben beim Anrichten über die Hasenkeule geben und mit der Sahnesoße soßieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlnockerln, Spätzle, Mischgemüse, Apfelrotkohl, Rosenkohl, Salatteller.

Hasenkotelett, farciert

Hasenfleisch entbeinen, fein zerkleinern, mit schaumig gerührter Butter, geweichtem Weißbrot, Sahne, Pfeffer und Salz zu einer Farce verarbeiten. Koteletts daraus formen, mit Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, saftig braten.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Spätzle, Rosenkohl, Grünkohl, junge Erbsen, Mischgemüse, Pilze, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

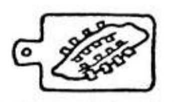
Hasenkroketten

Gegartes Hasenfleisch würfeln, mit Champignons und Béchamelsoße vermengen, erkalten lassen, Kroketten formen, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, in Butter nachbraten. Champignonsoße extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Pommes frites, Strohkartoffeln, Champignonreis, Risi-Pisi, Mandelkroketten, Bratkartoffeln, junge Erbsen, Weinsauerkraut, Rosenkohl, Grünkohl, Pilze, gemischter Salat, Chicoréesalat.

Hasenläufchen in Sahne

Gespickte und marinierte Hasenläufchen mit Würfeln von magerem Speck anbraten, Zwiebel und zerdrückte Wacholderbeeren zugeben und braten, mit braunem Wildfond angießen, schmoren, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, durchziehen lassen.



Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Rotkohl, Rosenkohl, Porreegemüse, Grünkohl, Pilze, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Anstelle saurer Sahne kann auch Joghurt verwendet werden.

Hasenmedaillon

Garfertigen Hasenrücken auslösen, in Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, rosa braten, mit gegrillter Scheibe von magerem Speck anrichten und mit Champignons umlegen. Cumberlandsoße extra.

Beilage: Strohkartoffeln, Pommes frites, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Bratkartoffeln, Pilze, Rosenkohl, Salatteller.

Hasenpaprikasch (Nyúlpaprikás)

In Schweineschmalz oder Speckfett Zwiebelwürfel anbraten, mit Paprika bestreuen, entbeintes und gewürfeltes, gesalzenes Hasenfleisch zugeben, mit wenig Wasser angießen, andünsten, Streifen von Gemüsepaprika und Tomatenwürfel zugeben, dünsten, mit Rotwein angießen, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden.

Beilage: Bratkartoffeln, Mehlnockerln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln,
Rosenkohl, Rotkohl, Mischgemüse, Salatteller.

Hasenpfeffer

Hasenklein etwa zwei Tage in Essigmarinade mit Lorbeerblatt und Wacholder einlegen, gut abtropfen, rasch anbraten, Zwiebelscheiben zugeben, bräunen, mit Mehl anstäuben, mit Marinade und Wasser angießen, verrühren, garen, zuletzt mit Rotwein verrührtes Blut in die Soße geben, verrühren, nicht mehr aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Schmorkohl, Mischgemüse, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hasenpfeffer mit Backpflaumen (SR Rumänien)

Hasenklein mit Zwiebelscheiben, Salz, Pfeffer und Weißwein marinieren, (etwa 2 Stunden), in Speckfett rasch anbraten, mit Mehl anstäuben, mit Weißwein und Wasser bedecken, mit einem Kräuterbündel schmoren, entsteinte, geweichte Backpflaumen zufügen, durchziehen lassen, mit Johannisbeergelee und Essig abschmecken.

Beilage: Pommes frites, Salzkartoffeln, Semmelklöße, Risi-Pisi, Mischgemüse, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hasenragout

Hasenklein mit Suppengemüse, Lorbeerblatt, Pfefferkörnern und Essig in Salzwasser garen, aus brauner Mehlschwitze mit Zwiebel und der Brühe Soße herstellen, mit Senf, Pfeffer und Johannisbeergelee abschmecken, das Hasenklein darin ziehen lassen.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Porreegemüse, Mischgemüse, Pilze, Grünkohl, Salatteller.

Hasenrücken, gefüllt (Grundzubereitung)

Garfertigen Hasenrücken auslösen, längs aufschneiden, plattieren, salzen, pfeffern, mit einer Farce bestreichen (z. B. Pilzfarce mit Schinkenstreifen), mit Geflügelleber belegen, rollen, binden, saftig braten. Bratensatz mit braunem Wildfond und Rotwein angießen, leicht binden.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Macairekartoffeln, Würfelkartoffeln, Spätzle, Pilze, Rosenkohl mit

Maronen, gedünsteter Porree, Rotkohlsalat mit Mandeln und Rosinen, gemischter Salat.

Hasenrücken in Rotwein

Garfertigen, gespickten Hasenrücken salzen, pfeffern, mit Bratgemüse anbraten, Wacholderbeeren zugeben, saftig braten, Bratenfond mit Rotwein und braunem Fond angießen, durchkochen, mit Mehl leicht binden.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Speckklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelkroketten, Spätzle, Rotkohl, Schmorkohl, Pilze, Rosenkohl, gemischter Salat.

Hasenrücken in Sahne

Garfertigen, gespickten Hasenrücken salzen, pfeffern, mit Bratgemüse braten, saure Sahne oder Joghurt angießen, kurz schmoren, braunen Fond zufügen, garen, Fond leicht mit Mehl binden, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Kartoffelbällchen, Semmelklöße, Spätzle, Rotkohl, Rosenkohl, Bayrisch-Kraut, Weinsauerkraut, Grünkohl, gemischter Salat.

Nyúlpaprikás (Ungarische VR)

Siehe Hasenpaprikasch.

7.3. Gerichte aus Hirschfleisch

Das Fleisch jüngerer Hirsche ähnelt dem des Rehs und kann deshalb wie dieses zubereitet werden. Das Fleisch älterer Tiere ist rindfleischähnlich in seiner Struktur. Hirschfleisch ist mager und wird deshalb vor dem Garen gespickt.
Hirsch wird vor dem Garen in die verschiedenen Teile (Keule, Rücken, Brust u. a.) zerlegt, für die unterschiedliche *Zubereitungsarten* angewendet werden können. Sie werden *gebraten, geschmort* oder *ragoutartig* zubereitet.
Das Marinieren geschieht meist in einer Rotwein- oder Essigmarinade, kann aber auch in Buttermilch erfolgen.

Hirschbraten

Siehe Hirschkeule, pikant.
Siehe Hirschschulter, geschmort.

Hirschbrust, gefüllt

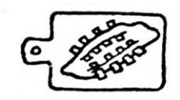
Hirschbrust auslösen, marinieren, salzen, pfeffern, mit mageren Speckscheiben belegen, mit einer Wildfarce oder einer anderen Farce bestreichen, rollen, binden, mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser ankochen, von allen Seiten rasch anbraten, mit Zwiebelwürfeln und Tomatenmark schmoren, mit Mehl anstäuben, mit der Brühe angießen, glattrühren, garen. Fond als Sahnesoße vollenden. Die in Scheiben geschnittene Brust vor dem Anrichten in wenig heißer Sahnesoße durchziehen lassen.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, rohe Klöße, Mehlklöße, Rotkohl, Grünkohl, Rosenkohl, Mischgemüse mit Pilzen, Krautsalat, gemischter Salat.

Hirschfiletsteak in Sahne

Garfertig vorbereitetes Hirschfilet in Scheiben schneiden, leicht plattieren, pfeffern, salzen, mehlieren, rosa braten, in Butter nachbraten, anrichten und mit in Sahnesoße angeschwenkten Pilzen soßieren.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandel-



kroketten, Würfelkartoffeln, Butterkartoffeln, Strohkartoffeln, Rosenkohl, junge Erbsen, gedünsteter Chicorée, Salatteller.

Hirschgulasch

Entbeintes, mariniertes Hirschfleisch würfeln, salzen, paprizieren, auf angeschwitzten Zwiebelscheiben mit Tomatenmark schmoren, Lorbeerblatt und Wacholder zugeben, mit braunem Wildfond angießen, garen, Fond mit in saurer Sahne oder Joghurt verrührtem Mehl binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Risotto, Rotkohl, Rosenkohl, Bayrisch-Kraut, Pilze, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Wird auch ohne Paprika zubereitet.

Hirschkeule, pikant

Ausgelöste, gespickte, marinierte Hirschkeule auf Speckwürfeln braten, Zwiebelwürfel zugeben und mit wenig Zucker bräunen, mit Rotwein und Brühe angießen, garen. Fond mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Salzkartoffeln, Semmelklöße, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Spätzle, Rotkohl, Rosenkohl, Grünkohl, Porreegemüse, Pilze, Krautsalat, gemischter Salat.

Hirschkotelett

Aus dem Hirschrücken Koteletts mit Knochen schneiden, leicht plattieren, salzen, pfeffern, rosa braten, trocken anrichten, mit gedünsteten Pilzen umlegen, Rotweinsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Risotto, Rotkohl mit Maronen, Rosenkohl, Salatteller.

Hirschragout I

Entbeintes Hirschfleisch mit Suppengemüse in Salzwasser kochen, würfeln, auf Würfeln von magerem Speck anschwitzen, Lauchstreifen oder Zwiebelwürfel mitdünsten, mit Mehl anstäuben, mit braunem Wildfond angießen, durchkochen, mit Rotwein und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Mehlnockerln, Butternudeln, Reis, Rotkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, Grünkohl, Krautsalat, gemischter Salat.

Hirschragout II

Garfertiges, entbeintes Hirschfleisch würfeln, salzen, pfeffern, mit Speckwürfeln und Zwiebelscheiben anbraten, Lorbeerblatt und Wacholder zugeben, mit Wildbrühe angießen, weichdünsten, Fond mit braunem Grundfond ergänzen, mit geriebenem Schwarzbrot binden, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken, mit feingehackten Delikateßgurken vollenden.

Beilage: wie bei Hirschragout I.

Hirschragout mit Pilzen

Garfertiges Hirschfleisch entbeinen, würfeln, salzen und paprizieren, mit Würfeln von magerem Speck anbraten, mit braunem Wildfond angießen, weichschmoren, mit Mehl leicht abziehen, gedünstete Pilze untermengen, durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlnockerln, Butternudeln, Rotkohl, Rosenkohl, Grünkohl, Mischgemüse, Krautsalat, gemischter Salat, Chicoréesalat.

Hirschragout mit Gemüsen

Zubereitung wie Hirschragout mit Pilzen, jedoch kurz vor der Gare anstelle Pilze gedünstete Gemüse (Möhrenwürfel, junge

Erbsen, Selleriewürfel, kleine Rosenkohlköpfchen, Porreestreifen) untermengen und durchziehen lassen.

Beilage: Kartoffelklöße, Salzkartoffeln, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Mehlnockerln, Butterreis, Krautsalat, Salatteller.

Hirschröllchen

Aus Hirschkeule kleine Schnitzel schneiden, plattieren, salzen, pfeffern, mit magerer Speckscheibe belegen, mit Fleischfarce bestreichen, mit gedünsteten Pilzscheiben ergänzen, rollen, zusammenstecken, von allen Seiten anbraten, mit magerem Speck, Zwiebelwürfeln, und Lorbeerblatt schmoren, braunen Fond angießen, garschmoren. Fond ergänzen, mit in Joghurt oder saurer Sahne angerührtem Mehl abziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Spätzle, Mehlnockerln, Champignonreis, Rosenkohl, Rotkohl, Weinkraut, Grünkohl, gedünsteter Porree, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Man rechnet zwei Röllchen je Portion.

Hirschroulade

Zubereitung wie Hirschröllchen, jedoch größere Schnitzel schneiden, so daß eine Roulade je Portion ausreicht.

Hirschrücken, gebraten (Grundzubereitung)

Garfertigen Rücken spicken, salzen, pfeffern, durch das Rückenmark Eisenstab stoßen, um das Verziehen während des Garens zu verhindern, mit Bratgemüse unter häufigem Begießen rosa braten. Bratensatz mit braunem Wildfond und Sahne angießen, durchkochen und mit Mehl leicht binden.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Mehlnockerln, Pilze, Rosenkohl, Rotkohl, Grünkohl, Weinkraut, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Diese Zubereitung ist nur für den Rücken junger Tiere angebracht, bei älteren wird er ausgelöst zubereitet.

Hirschschnitzel, geschmort mit Sahnesoße

Aus Keulenfleisch Schnitzel schneiden, plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rasch anbraten, auf die mageren Speckwürfel angeschwitzte Zwiebeln geben, schmoren, mit Sahnesoße angießen, garen, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Pommes frites, Mehlnockerln, Spätzle, Rosenkohl, junge Erbsen, Apfelrotkohl, Pilze, Grünkohl, Krautsalat, Pilzsalat, gemischter Salat.

Hirschschnitzel in Rotwein

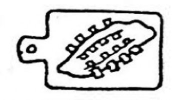
Zubereitung wie Hirschschnitzel, geschmort, jedoch anstelle Sahnesoße Rotweinsoße verwenden, beim Anrichten mit gedünsteten Äpfeln ohne Kerngehäuse umlegen, die mit heißem Preiselbeerkompott oder Moosbeerenkompott (Warenje, Import aus der UdSSR) gefüllt sind.

Beilage: wie Hirschschnitzel, geschmort.

Hirschschulter, geschmort (Grundzubereitung)

Ausgelöstes Schulterfleisch spicken, in Essigmarinade einlegen, abtropfen, rollen, binden, von allen Seiten rasch anbraten, mit Bratgemüse und Tomatenmark schmoren, Marinade und braunen Wildfond angießen, garschmoren, Fond mit Mehl leicht binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlklöße,



Butternudeln, Rotkohl, Mischgemüse, Grünkohl, Rosenkohl, Pilze, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Kann auch mit Sahne-, Rotwein- oder Pilzsoße hergestellt werden.

Hirschsteak (Grundzubereitung)

Aus dem ausgelösten Rücken Steaks schneiden, leicht plattieren, spicken, salzen, pfeffern, rosa braten, trocken anrichten, mit gedünsteten Apfelscheiben, Preiselbeeren und Pilzen garnieren, Rotwein-, Madeira- oder Hagebuttensoße extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Rosenkohl, Butterbohnen, gedünsteter Porree, Krautsalat, gemischter Salat.

Hirschsteak im Topf

Zubereitung wie Hirschsteak (Grundzubereitung), in Servierkasserolle Würfelkartoffeln geben, Hirschsteak darauf anrichten, mit im ganzen gedünsteten, kleinen Champignons belegen, mit Sahnesoße überziehen, mit gebratener Geflügelleber garnieren.

Beilage: Salatteller.

7.4. Gerichte aus Rehfleisch

Rehfleisch ist ein zartes und fettarmes Wildbret, das deshalb nur relativ kurze Garzeiten benötigt. Es wird meist *kurz gebraten* oder auch als großer Braten zubereitet *(Langzeitbraten)*. Das Fleisch älterer Tiere wird *geschmort* oder *ragoutartig* zubereitet. Um es saftig zu erhalten und den Wohlgeschmack zu erhöhen, wird Rehfleisch fast immer gespickt. Typisch für das Braten des Rehfleisches ist das sog. *Rosabraten,* das die geschmacklichen Feinheiten und die Zartheit des Fleisches am besten zur Wirkung bringt.
Rehfleisch wird ebenfalls zu kalten Speisen verarbeitet. Beliebt für Kalte Büfetts sind beispielsweise Rehrücken und Rehmedaillons.

Rehbraten

Siehe Rehschulter, gerollt, in Sahne.
Siehe Rehkeule, gebraten.
Siehe Rehkeule, pikant.

Rehkeule, gebraten (Grundzubereitung)

Rehkeule hohl auslösen, spicken, binden, salzen, pfeffern, rasch anbraten, mit Würfeln von magerem Speck und Bratgemüse unter häufigem Begießen rosa braten, im Bratensatz Bratgemüse und Würfel von magerem Speck schmoren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Wildfond angießen, verkochen, mit saurer Sahne, Pfeffer und Zitronensaft vollenden.

Beilage: Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Spätzle, Rotkohl, Rosenkohl, junge Erbsen, Pilze, Kopfsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Rehkeule, geschnetzelt

Entbeintes, mariniertes Keulenfleisch in Streifen schneiden, salzen, pfeffern, rasch anbraten, aus dem Bratfett entfernen, in dieses Mehl anstäuben, mit braunem Fond und Rotwein angießen, durchkochen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, Rehfleischstreifen in die Soße geben, durchziehen, ohne kochen zu lassen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Butterkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Spätzle,

Butternudeln, Pilze, Rosenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Rosenkohlsalat, Pilzsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Rehkeule, pikant

Ausgelöste Rehkeule von allen Seiten anbraten, Bratgemüse und Wacholder zugeben und mitbraten, wenig Wasser zugeben und unter häufigem Begießen rosa braten, den Bratensatz mit Mehl anstäuben, mit Weißwein, braunem Fond und Sahne angießen, glattrühren, durchkochen, mit Johannisbeergelee abschmecken.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Würfelkartoffeln, Butterkartoffeln, Spätzle, junge Erbsen, Rosenkohl, Butterbohnen, Grünkohl, Pilze, Gurkensalat, gemischter Salat.

Rehkoteletlchen (Grundzubereitung)

Aus dem garfertigen Rücken Kotelettchen mit Knochen schneiden (Knochen beim Formgeben oben herausarbeiten), salzen pfeffern, rosa braten, trocken anrichten, mit gedünsteten Pilzen garnieren, Cumberlandsoße extra.

Beilage: Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Butterkartoffeln, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Spätzle, Rosenkohl, gedünsteter Chicorée, Salatteller.

Hinweis: 1. Es werden zwei Kotelettchen je Portion gerechnet.
2. Es sind weitere, sehr unterschiedliche Kombinationen möglich.

Rehpfeffer

Gewürfeltes, entbeintes Rehfleisch von Schulter, Brust oder Hals in Rotwein mit Wurzelgemüse marinieren, abtropfen, mit Würfeln von magerem Speck anbraten, Zwiebel dazugeben und leicht bräunen, mit Mehl anstäuben, mit der Marinade und Rotwein angießen, glatt rühren, garen. Zuletzt mit in Essig angerührtem Blut vollenden, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Rotkohl, Rosenkohl, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Krautsalat, gemischter Salat.

Rehragout (Grundzubereitung)

Mariniertes, entbeintes Rehfleisch (Schulter, Hals, Brust) würfeln, rasch anbraten, Zwiebelscheiben zugeben und bräunen, mit Wasser und Rotwein angießen, Wacholderbeeren, Lorbeerblatt, Nelken, Pfeffer zugeben, garen. Mit angerührtem Mehl oder Mehlbutter binden, mit Johannisbeergelee abschmecken.

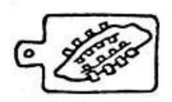
Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Mehlnockerln, Spätzle, Butternudeln, Rotkohl, Rosenkohl, junge Erbsen, Mischgemüse, Grünkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Rehragout kann auch aus Fleischstücken mit Knochen (z. B. aus Brust) zubereitet werden.
2. Häufig wird Rehragout auch mit in saurer Sahne angerührtem Mehl gebunden.

Rehrücken in Sahne

Garfertigen Rehrücken spicken, salzen, pfeffern, von allen Seiten rasch anbraten, Bratgemüse zugeben, mitbraten, Rehrücken rosa braten, Bratensatz mit braunem Wildfond und saurer Sahne angießen, mit Mehl leicht binden, mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelklöße, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Mehlklöße, Spätzle, Rosenkohl, Rotkohl, Pilze, junge Erbsen, Mischgemüse, Gurkensalat, Rosenkohlsalat, gemischter Salat.



Rehrückenschnitte

Aus dem ganzen, garfertigen Rücken in der Breite quer zum Knochen Schnitte schneiden (bzw. sägen), spicken, salzen und pfeffern, zugedeckt mit mageren Speckwürfeln etwa 20 Minuten braten (rosa). Bratensatz mit Rotwein und braunem Fond angießen, durchkochen, mit Johannisbeergelee und Weinbrand sowie Pfeffer vollenden. Rückenschnitte mit der Soße soßieren, mit glasierten Maronen, Rosenkohlbällchen und im ganzen geschmorten, kleinen Champignons umlegen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Würfelkartoffeln, Schloßkartoffeln, Butterkartoffeln, Strohkartoffeln, Spätzle, Salatteller.

Hinweis: Dieses Gericht entspricht einer Portion für zwei Personen.

Rehschnitzel

Aus der ausgelösten Keule Schnitzel schneiden, leicht plattieren, spicken, salzen, pfeffern, rosa braten, trocken anrichten, mit gedünstetem Apfel, mit Johannisbeergelee, Preiselbeeren oder Moosbeeren (Warenje, Import aus der UdSSR) gefüllt, garnieren, mit gedünsteten Pilzen umlegen, Rotweinsoße extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Kartoffelplätzchen, Würfelkartoffeln, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Butternudeln, Rosenkohlsalat, Chicoréesalat, Salatteller.

Rehschnitzel im Topf

Marinierte, gespickte Rehschnitzel rosa braten, in Servierkasserolle auf gedünsteten Pilzen anrichten, mit Pfeffersoße überziehen, mit glasierten Maronen garnieren.

Beilage: Kartoffelkroketten, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Butterkartoffeln, Mehlnockerln, Spätzle, Butternudeln, Gurkensalat, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Es sind weitere Varianten der Zubereitung für Rehschnitzel im Topf verbreitet.

Rehschulter, gerollt, in Sahne

Rehschulter auslösen und in Essigmarinade einlegen, abtropfen, mit Wildfarce oder einer anderen Farce bestreichen, rollen, binden. Von allen Seiten rasch anbraten, Bratgemüse, Wacholderbeeren und Lorbeerblatt zugeben, gemeinsam schmoren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Wildfond angießen, verrühren, garen. Nach dem Herausnehmen des Fleisches Soße mit saurer Sahne, Zitronensaft und Pfeffer vollenden.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Kartoffelkroketten, Rotkohl, Rosenkohl, Pilze, junge Erbsen, Butterbohnen, Salatteller, Gurkensalat.

Hinweis: Rehschulter kann auch ohne Füllung gerollt werden. Zubereitung sonst wie vorstehend.

7.5. Gerichte aus Wildschweinfleisch

Bei Wildschweinfleisch ist für die Zubereitung der Gerichte zu unterscheiden zwischen dem Fleisch der sog. *Frischlinge* (junge Tiere bis zu einer Masse von 15 kg), den *Jungtieren* und den älteren Tieren, die sog. *Alttiere*. Das Frischlingsfleisch wird sehr wenig verarbeitet, es ist relativ fettarm, zart und schnellgarend. Das Fleisch der Jungtiere ist kerniger und wird meist *gebraten*, das der älteren Tiere vor allem *geschmort*, *ragoutartig* zubereitet oder für Hackmasse aus Wildfleisch verwendet.

Wildschweinfleisch wird vor dem Garen, um es mürber und schmackhafter zu machen, meist in eine Essig- oder Rotweinmarinade oder in Buttermilch eingelegt. Es ist auch üblich, zu spicken. Wildschweinfleisch ergibt kräftige, herzhafte Gerichte. Das Fleisch wird wie Schlachtschwein in die einzelnen Teile zerlegt.

Frischlingsbrust, gebacken

Frischlingsbrust mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser garen, entbeinen, in Scheiben schneiden, mit Senf bestreichen, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen. Trocken anrichten, mit Grünspargel garnieren, Currysahnesoße oder Rotweinsoße extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Strohkartoffeln, Spätzle, Mehlnockerln, Krautsalat, Salatteller.

Frischlingsrücken, gebraten

Garfertigen Rücken salzen und pfeffern, anbraten, Bratgemüse zugeben, saftig braten, Bratensatz mit braunem Grundfond angießen, Rosmarin zugeben, durchkochen, leicht mit Mehl binden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Spätzle, Möhrengemüse, Porreegemüse, Spinat, Rotkohl, Weinkraut, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: In gleicher Weise wird Frischlingskeule zubereitet, die vor dem Garen hohl ausgelöst wird.

Wildschweinbraten

Siehe Wildschweinkeule.
Siehe Wildschweinrollbraten.

Wildschweingulasch

Entbeintes, mariniertes Fleisch der Schulter und des Halses würfeln, salzen, paprizieren, auf angeschwitzten Zwiebelscheiben schmoren, Tomatenmark zugeben, dünsten, mit Wasser und Lorbeerblatt ergänzen, garschmoren. Fond mit in Joghurt oder saurer Sahne angerührtem Mehl binden.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Spätzle, Makkaroni, Rotkohl, Rosenkohl, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Wildhackstück (Wildschweinhackstück) I

Mariniertes, entbeintes Wildschweinfleisch (Hals, Schulter, Brust, Parüren) grob würfeln, wolfen, mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln, geweichter Semmel, Pfeffer und Salz zu einer geschmeidigen Hackmasse verarbeiten, Hackstück formen, in Reibebrot wälzen, von beiden Seiten saftig braten.

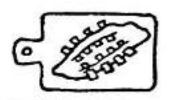
Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Röstkartoffeln, Spätzle, Kartoffelsalat, Kartoffelbrei, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Krautsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Kann auch mit einer Soße, wie Sahnesoße, Rotweinsoße, Pilzsoße, kombiniert werden.

Wildhackstück (Wildschweinhackstück) II

Mariniertes, entbeintes Wildschweinfleisch grob würfeln, wolfen, mit Bramix, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Ei und körnig gekochtem Reis eine gut gebundene Hackmasse herstellen, Hackstücke formen, von beiden Seiten saftig braten, in Tomatensoße geben, durchziehen lassen und mit der Tomatensoße anrichten.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Mehlnockerln, Butter-



nudeln, Salzkartoffeln,
Mischgemüse, junge Erbsen, Porreegemüse, Spinat, Krautsalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Wildhaschee (Wildschweinhaschee)

Mariniertes, entbeintes Wildschweinfleisch in gulaschgroße Würfel schneiden, mit Zwiebelscheiben anbraten, mit Tomatenmark dünsten, mit Wasser angießen, garen. Das Fleisch grob wolfen und mit einer braunen Wildsoße (aus dem Schmorfond) binden, mit Paprika, Zitronensaft und Salz abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Semmelklöße, Speckklöße, Spätzle, Bratkartoffeln, Butternudeln, junge Erbsen, Mischgemüse, gedünsteter Porree, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Das Wildhaschee kann auch mit Pilzen (Trockenpilzen) zubereitet werden, die mit dem Fleisch geschmort werden.
2. In gleicher Weise kann Wildhaschee auch aus anderem Wildbret zubereitet werden.

Wildschweinkeule, geschmort

Wildschweinkeule auslösen, die einzelnen Stücke spicken, in Essig- oder Rotweinmarinade einlegen, abtropfen, von allen Seiten rasch anbraten, Bratgemüse zugeben und mit Wacholderbeeren braten, mit braunem Fond und etwas Marinade angießen, garschmoren. Schmorfond leicht mit Mehl abziehen und mit Rotwein abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlklöße, Mehlnockerln, Spätzle, Salzkartoffeln, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Rosenkohl, Mischgemüse, Pilze, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Wildschweinkeule in Sahne

Zubereitung wie Wildschweinkeule, geschmort, Soße jedoch mit saurer Sahne anstelle Rotwein vollenden.

Beilage: wie bei Wildschweinkeule, geschmort.

Hinweis: Nach gleicher Grundzubereitung kann auch Wildschweinkeule in Pilzsoße hergestellt werden.

Wildschweinkotelett auf Linsenpüree

Garfertiges Wildschweinkotelett plattieren, salzen, pfeffern, saftig braten, auf Linsenpüree anrichten mit pikanter, süßsauer abgeschmeckter Wildsoße überziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Spätzle, Butternudeln, Rosenkohl, Pilze, Krautsalat, gemischter Salat.

Wildschweinlendchen auf Ananaskraut

Parierte Wildschweinlende in Rotweinmarinade einlegen, in Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, saftig braten, auf mit Ananasraspeln vermischtem, gedünstetem Sauerkraut anrichten, mit Sahnesoße überziehen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Pilzsalat, gemischter Salat.

Wildschweinragout (Grundzubereitung)

Mariniertes und entbeintes Wildschweinfleisch würfeln, rasch anbraten, Zwiebelscheiben und Lorbeerblatt zugeben, schmoren, mit etwas Marinade und braunem Grundfond angießen, garschmoren, mit Mehl leicht abziehen, mit Rotwein abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Mehlklöße, Mehlnockerln, Spätzle, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Mischgemüse, junge Erbsen, Butterbohnen, Porreegemüse, Rotkohl, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Wildschweinragout mit Pilzen (Wildragout mit Pilzen)

Gewürfeltes Wildschweinfleisch marinieren, abtropfen, mit Wurzelgemüse rasch anbraten, mit Mehl anstäuben, mit Wasser und etwas Marinade angießen, garschmoren, zuletzt gedünstete Pilze untermengen.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Grünkohl, Rotkohl, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Kann auch mit Trockenpilzen zubereitet werden. Diese sind bereits während des Garprozesses zuzugeben.

Wildschweinrollbraten in Pilzsahnesoße

Wildschweinbrust oder -schulter auslösen, in Essigmarinade einlegen, abtropfen, rollen, binden, von allen Seiten mit Bratgemüse anbraten, mit braunem Fond und etwas Marinade angießen, garschmoren, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl abziehen, gedünstete Pilze zugeben, durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlklöße, Butternudeln, Spätzle, Rosenkohl, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Rotkohl, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Kann auch mit Trockenpilzen zubereitet werden, die dem Fleischansatz bereits während des Schmorens zugesetzt werden.

Wildschweinroulade

Aus Wildschweinkeule Rouladen schneiden, plattieren, salzen, pfeffern, mit magerem Speck belegen, rollen und zusammenstecken oder binden. Schnell von allen Seiten anbraten, aus dem Fett herausnehmen, in Fett Zwiebelwürfel bräunen, mit Tomatenmark schmoren, mit Wildfond angießen, Rouladen hineingeben, garschmoren, Fond mit in Joghurt oder saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Salzkartoffeln, Semmelklöße, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Spätzle, Butternudeln, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, grüne Bohnen, Mischgemüse, Möhrengemüse, junge Erbsen, Pilze, Chicoréesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Wildschweinroulade kann auch mit einer Hackfleischfüllung zubereitet werden.

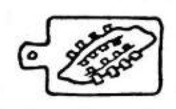
Wildschweinsauerbraten

Wildschweinkeule oder -schulter auslösen, spicken, in Essigmarinade einlegen, abtropfen, Schulter rollen und binden, mit Speckwürfeln von allen Seiten anbraten, Bratgemüse zugeben, mit etwas Marinade angießen, schmoren und reduzieren, mit braunem Fond ergänzen und garschmoren, Fond mit Reibekuchen (Soßenpfefferkuchen) binden, süß-sauer abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Speckklöße, Mehlklöße, Mehlnockerln, Spätzle, Butternudeln, Mischgemüse, Butterbohnen, Möhrengemüse, Krautsalat, gemischter Salat.

Wildschweinschnitzel, geschmort

Aus Wildschweinkeulenfleisch Schnitzel schneiden, leicht plattieren, spicken, salzen, pfeffern, von beiden Seiten rasch anbraten, auf angeschwitzte Zwiebelscheiben geben, mit Würfeln von magerem Speck und Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, garschmoren. Fond mit Mehl leicht binden, mit Rotwein oder saurer Sahne vollenden. Wildschweinschnitzel auf gedünsteten Apfelringen anrichten, mit der Soße übergießen.



Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Kartoffelschnee, Salzkartoffeln, Mehlnockerln, Rosenkohl, Mischgemüse, Pilze, gedünsteter Porree, gedünsteter Chicorée, Krautsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Wildschweinschulter mit Gemüsen

Würfel von ausgelöster Wildschweinschulter mit Suppengemüsen, Lorbeerblatt und Essig in wenig Salzwasser kochen (Verhältnis Fleisch zu Gemüse 2:1), mit Rotwein angießen, durchziehen lassen, mit wenig Flüssigkeit anrichten, mit Gemüsejulienne bestreuen, Cumberlandsoße extra.

Beilage: Mehlnockerln, Butternudeln, Spätzle, Mehlklöße, Semmelklöße, Petersiliekartoffeln, Béchamelkartoffeln, Brühkartoffeln, Krautsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Wildschweinsteak, gehackt, im Topf

Aus Hackmasse von Wildschweinfleisch längliche Hacksteaks formen, saftig braten, in Servierkasserolle auf Spätzle, vermischt mit gedünsteten Pilzen, anrichten, mit Sahnesoße überziehen.

Beilage: Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat, Chicoréesalat.

7.6. Gerichte aus Wildgeflügel

Wildgeflügel ist der Sammelbegriff für eßbare Vögel, die in Freiheit leben und gejagt werden. Mit der Weiterentwicklung unserer Land- und Nahrungsgüterwirtschaft ist zu dieser Begriffsbestimmung als Ergänzung zu vermerken, daß heute bereits einige Arten Wildgeflügel in speziellen Betrieben gezüchtet und aufgezogen werden. Bei solchem bis zur Schlachtreife gemästetem Wildgeflügel handelt es sich vor allem um Fasan und Wachtel.
Die Zahl der zum Wildgeflügel rechnenden Vogelarten ist verhältnismäßig groß, jedoch werden nur wenige bei uns küchenmäßig verarbeitet. Es handelt sich dabei um *Fasan, Rebhuhn, Schnepfe, Wachtel* und *Wildente.* Dieses Wildbret hat ein mageres Fleisch von charakteristischem Eigengeschmack. Um das Fleisch saftig zu erhalten, speziell das sehr zarte Brustfleisch, wird es vor dem Braten mit Speckscheiben umlegt (bardiert). Das Fleisch junger Tiere wird *gebraten,* ältere Tiere werden *geschmort* oder zu *Farcen* verarbeitet. Die Tiere können ausgenommen im ganzen oder auch zerteilt verarbeitet werden.

Fasanenbrüstchen mit Austern

Fasanenbrust auslösen, salzen, pfeffern, rosa braten, warm stellen, Bratensatz mit etwas Rotwein und brauner Wildsoße angießen und abkochen. Fasanenbrust auf gedünstetem Sauerkraut anrichten, mit pochierten Austern belegen, mit der Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelschnee, Kartoffelkroketten, Spätzle, Salatteller.

Fasanenbrüstchen mit Champignons

Fasanenbrust auslösen, salzen, pfeffern, rosa braten, warm stellen, Bratensatz mit etwas Champignonfond, Weißwein und brauner Wildsoße angießen, verkochen, angerichtetes Fasanenbrüstchen mit der Champignonsoße überziehen, mit im ganzen gedünsteten, kleinen Champignons umlegen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten,

Mandelkroketten, Würfelkartoffeln, Butterkartoffeln, Spätzle, Salatteller.

Fasanensalmi

Garfertigen Fasan salzen, pfeffern, bardieren und binden, rosa braten, in 6 bis 8 Stücke zerlegen, enthäuten, in Servierkasserollen mit einer mit Weißwein und Weinbrand abgeschmeckten, braunen Wildsoße anrichten, durchziehen lassen, mit gedünsteten Champignons garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelschnee, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Mehlnockerln, Champignonreis, Schinkenreis, Rosenkohl, gedünsteter Chicorée, gedünsteter Porree,Butterbohnen, Weinkraut, Chicoréesalat, Pilzsalat, Bohnensalat, Rosenkohlsalat, Salatteller.

Fasan, gebraten (Grundzubereitung)

Garfertigen Fasan salzen, pfeffern, mit Speck bardieren, mit Bratgemüse saftig braten, Bratensatz mit braunem Fond angießen, durchkochen, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken. Portionierten Fasan auf Sauerkraut anrichten, mit gegrillter, magerer Speckscheibe garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelschnee, Butterkartoffeln, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Salatteller.

Hinweis: Es sind eine ganze Anzahl weiterer Anrichtevarianten möglich.

Fasan, gefüllt mit Gänseleber

Garfertigen Fasan salzen und pfeffern, mit einer Fleischfarce, die mit Gänseleberstücken und Champignons vermengt ist, füllen, verschließen, mit Speck bardieren, von allen Seiten anbraten, mit braunem Wildfond angießen, garschmoren, Fond mit Mehl leicht binden, mit Rotwein oder Madeira abschmecken.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Schloßkartoffeln, Kartoffelkroketten, Risi-Pisi, Rosenkohl, Schmorkohl, junge Erbsen, Salatteller.

Fasan, gegrillt

Garfertigen Fasan halbieren, entbeinen, leicht plattieren, salzen und pfeffern, mit Öl bepinseln oder mit zerlassener Butter bestreichen, leicht in Reibebrot wälzen, grillen, Teufelssoße extra.

Beilage: Strohkartoffeln, Pommes frites, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Chicoréesalat, Pilzsalat, Rosenkohlsalat, Salatteller.

Fasan im Topf

Garfertigen, jungen Fasan salzen, pfeffern, mit Speck bardieren, in feuerfestem Geschirr saftig braten, Bratensatz mit braunem Wildfond und Weinbrand angießen, verkochen, servierfertigen Fasan einlegen, mit kleinen, im ganzen gedünsteten Champignons, Rosenkohlköpfchen, glasierten Maronen, glasierten Zwiebeln umlegen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Butterkartoffeln, Würfelkartoffeln, Spätzle, Salatteller.

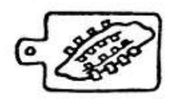
Fasan in Orangensoße

Garfertigen Fasan salzen und pfeffern, mit Speck bardieren, saftig braten, Bratensaft mit braunem Wildfond, Orangensaft und Weißwein angießen, durchkochen, mit Stärke leicht binden. Beim Anrichten Fasan mit gedünsteten Orangenscheiben garnieren, Soße extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Butterkartoffeln, Schloßkartoffeln, Schinkenreis, Champignonreis, junge Erbsen, Rosenkohl, Salatteller.

Fasan in Rotweinsoße

Garfertigen Fasan vierteln, salzen, pfeffern, von beiden Seiten anbraten, mit Brat-



gemüse dünsten, mit Rotwein und wenig braunem Wildfond angießen, garen. Zuletzt Fond leicht mit Stärke abziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelschnee, Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Mehlnockerln, Schinkenreis, Weinkraut, Champignons, junge Erbsen, gedünsteter Chicorée, Gurkensalat, Salatteller.

Pečene prepelice sa pirinčem (SFR Jugoslawien)

Siehe Wachtel auf Reis.

Perlhuhn

Zubereitung wie Fasan.

Rebhuhn auf Ananaskraut

Garfertiges Rebhuhn salzen, pfeffern, mit Speck bardieren, saftig braten, auf in Weißwein gedünstetem, mit Ananasraspeln vermengtem Sauerkraut anrichten, mit einer aus dem Bratensatz hergestellten braunen Wildsoße soßieren, mit gegrillten, mageren Speckscheiben garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelschnee, Kartoffelkroketten, Butterkartoffeln, Champignonreis, Salatteller.

Rebhuhn, gefüllt

Garfertiges Rebhuhn entbeinen, mit einer mit Gänseleber, Trüffeln oder Champignons vermengten Wildfarce füllen, verschließen, von allen Seiten anbraten, in Rotweinsoße garschmoren.

Beilage: Kartoffelbrei, Butterkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Weinkraut, junge Erbsen, Rosenkohl, Pilze, mit Käse überbackener Spinat, Salatteller.

Rebhuhn in Rotwein

Garfertiges Rebhuhn salzen und pfeffern, mit Speck oder Weinblatt bardieren, saftig braten, nach einiger Zeit Speck oder Weinblatt entfernen, damit Brust bräunt. Bratensatz mit Rotwein und braunem Wildfond angießen, durchkochen, leicht binden, Rebhuhn mit gedünsteten Champignons und glasierten Zwiebeln anrichten, Rotweinsoße extra geben.

Beilage: Butterkartoffeln, Schwenkkartoffeln, Kartoffelbrei, Würfelkartoffeln, Schinkenreis, junge Erbsen, Weinkraut, Rosenkohl, gedünsteter Chicorée, Rosenkohlsalat, Salatteller, Selleriesalat.

Rebhuhn in Sellerierahm

Garfertiges Rebhuhn salzen und pfeffern, mit Speck bardieren, saftig braten, mit Sahne und Wildsoße angießen, kurz schmoren, Soße mit Selleriepüree verkochen.

Beilage: Mehlnockerln, Spätzle, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbrei, Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Salatteller.

Rebhuhnpaprikasch

Garfertiges Rebhuhn in mehrere Stücke zerlegen, salzen und paprizieren, in Schweineschmalz und Zwiebelwürfeln anbraten, Gemüsejulienne und Streifen von Gemüsepaprika zugeben, dünsten, mit saurer Sahne angießen, garschmoren.

Beilage: Mehlnockerln, Spätzle, Risotto, Kartoffelbrei, Kartoffelschnee, Würfelkartoffeln, Schloßkartoffeln, Rosenkohl, Pilze, Butterbohnen, Gurkensalat, Salatteller.

Salmi von Fasan

Siehe Fasanensalmi.

Schnepfe, flambiert

Garfertige Schnepfe salzen und pfeffern, bardieren, rosa braten, halbieren, mit wenig Wildsoße in Servierkasserolle anrichten, mit Weinbrand flambieren.

Beilage: Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Blumenkohl, Champignons, Weinkraut, Mischgemüse, Pilze, Rosenkohl, Gurkensalat, Salatteller.

Schnepfe, gebraten (Grundzubereitung)

Garfertige Schnepfe pfeffern und salzen, mit Weinbrand, Rotwein und wenig brauner Wildsoße angießen. Schnepfe mit gedünsteten Champignons anrichten, mit kleinen Schnittchen, die mit Schnepfendreck (gehackte Leber, Gedärme mit Petersilie und Zwiebelwürfeln angeschwitzt) bestrichen sind, umlegen, Soße extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Pommes frites, junge Erbsen, Rosenkohl, Porreegemüse, Bohnengemüse, gemischter Salat.

Wachtel auf Reis
(Pečene prepelice sa pirinčem)

Garfertige Wachteln salzen und spicken, mit Butter bestreichen, in Pfanne geben, mit wenig Wasser angießen, im Bratofen unter häufigem Begießen garen. Im Bratensatz feingeschnittene Zwiebeln anschwitzen, gewaschenen Reis und feingeschnittene Leber hineingeben, mit Wasser angießen (Verhältnis Wasser zu Reis 3 : 1), dünsten. Auf dem Reis halbierte Wachtel anrichten, mit Streifen von Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Bohnensalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Salatteller.

Wachtel, gebraten (Grundzubereitung)

Garfertige Wachtel salzen, binden, saftig braten, Bratensatz mit Rotweinsoße angießen, durchkochen. Wachtel auf kleinem Brotsockel anrichten, mit Petersilie und Zitronenspalte garnieren, Soße extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelkroketten, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Risotto, Mischgemüse, Rotkohl, Weinkraut, Rosenkohl, junge Erbsen, gemischter Salat.

Wachtel in Blätterteig

Garfertige Wachtel entbeinen, mit Fleischfarce füllen, verschließen, saftig braten, abkühlen lassen, in Blätterteig hüllen, mit Eigelb bestreichen, knusprig backen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Hinweis: Kann auch als kalte Speise verzehrt werden.

Wachtel mit Ananas

Garfertige Wachtel salzen und bridieren, in feuerfestem Geschirr saftig braten, mit Ananassaft und brauner Wildsoße angießen, kurze Zeit schmoren, mit Ananasraspeln bestreuen oder mit erhitzten Ananasstücken umlegen.

Beilage: Schinkenreis, Risi-Pisi, Butterreis, Spätzle, Kartoffelbrei, Butterkartoffeln, Kartoffelkroketten, Gurkensalat, Salatteller.

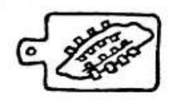
Wachtel, mit Gemüsen gedünstet

Garfertige Wachtel salzen, binden, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, Julienne von Möhre, Sellerie, Porree zugeben, mit Weißwein angießen, dünsten, zuletzt mit brauner Wildsoße und gedünsteten Champignons vollenden.

Beilage: Kartoffelbrei, Butterkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Butterreis, Schinkenreis, Champignonreis, Spätzle, Salatteller.

Wachtel mit Weintrauben

Zubereitung wie Wachtel, gebraten (siehe dort), Soße jedoch mit Weißwein und nicht



mit Rotwein herstellen, beim Anrichten mit in Butter gedünsteten, entkernten Weinbeeren umlegen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Butterreis, gedünstete Karotten, Rosenkohl, Blumenkohl, Schmorkohl, Gurkensalat, Salatteller.

Wildente

Zubereitung wie Ente.

7.7. Gerichte aus sonstigem Wildbret

Gerichte aus sonstigem Wildbret sind solche aus nur selten in den Küchen verarbeiteten Wildarten. Dazu zählen u. a. *Bär, Gemse, Rentier, Wildkaninchen.* Meist werden für dieses seltene Wildbret *Zubereitungsarten* angewendet, die von denen des anderen Wildbrets abgeleitet sind. In einigen Fällen (z. B. bei Bärenfleisch) ist noch auf besondere Zubereitungsarten hinzuweisen.
Dieses Wildbret wird vor dem Zubereiten meist so wie artähnliches Wildbret zerlegt und behandelt (z. B. Gemse wie Reh, Wildkaninchen wie Hase).

Bärenrücken in Sahne mit Moosbeeren

Garfertigen Rücken in eine Weißweinmarinade mit Essig, Wurzelgemüsen, Wacholderbeeren und Thymian einige Tage einlegen, abtropfen, spicken, von allen Seiten rasch anbraten, mit saurer Sahne und braunem Fond garschmoren, den Fond leicht mit Mehl binden. Den tranchierten Rücken mit der Soße überziehen und mit gedünsteten Äpfeln (ausgestochenes Kerngehäuse) umlegen, die mit Moosbeerenkompott (Warenje, Import aus der UdSSR) gefüllt sind.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbällchen, Petersiliekartoffeln, Speckknödel, Mehlklöße, Rotkohl, Weinkraut, Ananaskraut, Pilze, Grünkohl, Schmorkohl, Gurkensalat, Salatteller.

Bärenschinken, geschmort

Bärenschinken auslösen, einige Tage in Weißweinmarinade einlegen, abtropfen, rasch von allen Seiten anbraten, mit Marinade angießen, garschmoren. Schmorfond mit Rotwein und Johannisbeergelee verkochen, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Petersiliekartoffeln, Speckklöße, Kartoffelkroketten, Spätzle, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Rosenkohl, Grünkohl, Krautsalat, gemischter Salat.
Weitere Rezepte für die Zubereitung von Bärenfleisch sind aus denen für Hirschfleisch abzuleiten (siehe 7.3.).

Bärentatzen, gebacken

Garfertige Bärentatzen in eine Weißweinmarinade einlegen, in der Marinade weichkochen, entbeinen, in Stücke schneiden, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen. Tatarensoße oder kalte Rotweinsoße (Tomatenmark mit Paprika und Rotwein verrührt) extra.

Beilage: Nudelsalat, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Salatteller.

Gemse

Das Fleisch wird vor dem Garen einige Tage in eine Essig- oder Rotweinmarinade

eingelegt. Danach kann die Zubereitung wie bei Rehfleisch erfolgen (siehe 7.4.).

Rentier

Zubereitung wie Hirschfleisch (siehe 7.3.).

Wildkaninchen

Zubereitung wie Hasenfleisch (siehe 7.2.) oder auch wie Hauskaninchen (siehe 9.6. Fertige Gerichte aus Kaninchenfleisch).

8. *Kurzgebratene Fleischgerichte*

8.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe kurzgebratene Fleischgerichte

Kurzgebratene Gerichte *(Pfannengerichte, Minutengerichte, Kurzgebratenes, Pfannensachen)* sind solche, deren Fleischkomponente durch *Kurzbraten* (Kurzzeitbraten) gegart wird. Zugerechnet werden dieser Gruppe auch Gerichte, deren Fleischkomponente durch *Grillen* (Grillieren) oder *Backen in Fett* gegart wurden. Gemeinsam ist bei diesen Gerichten, unabhängig davon, ob sie kurzgebraten, gegrillt oder in Fett gebacken werden, daß sie unmittelbar auf Bestellung des Gastes hergestellt werden, da ihr Wohlgeschmack vor allem von der frischen Brat- und Backkruste abhängt.
Für die Fleischkomponente werden zarte, schnellgarende, in verschiedenartige Stücke geschnittene und vorbereitete Stücke von den Schlachtfleischarten *Schwein, Rind, Kalb, Hammel* verwendet. In gleicher Art gegarte Portionsstücke von Wild, Geflügel oder auch Fisch sind den betreffenden Gruppen (also Gerichte aus Wild usw.) zugeordnet. Für kurzgebratene Gerichte aus Schlachtfleisch werden ebenfalls Hackmassen und Innereien verwendet.
Nach den verwendeten Fleischstücken lassen sich bei kurzgebratenen, gegrillten oder gebackenen Fleischkomponenten folgende *Hauptkomponenten* unterscheiden:[1]

Kotelett	aus dem Kotelettstück mit oder ohne Knochen geschnittene und paniert oder unpaniert zu garende Fleischscheiben,
Steaks	aus dem Rücken oder Filet (Filetsteak) geschnittene Scheiben ohne Knochen, die unpaniert gegart werden,
Schnitzel	aus der Keule (Schnitzelfleisch) geschnittene Scheiben ohne Knochen, die paniert oder unpaniert gegart werden,
Medaillons	aus dem Lendchen (speziell von Kalb, Schwein, Lamm) geschnittene Scheiben, die unpaniert gegart werden,

[1] Eine detaillierte Erläuterung erfolgt zu Beginn der Unterabschnitte 8.2. Kurzgebratene Gerichte aus Schweinefleisch, 8.3. Kurzgebratene Gerichte aus Rindfleisch usw.

Fleischspießchen	zarte Fleischstücke ohne Knochen, abwechselnd mit magerem Speck und Zwiebel oder anderen geschmackgebenden Lebensmitteln auf Spießchen gesteckt und gegrillt oder kurzgebraten,
Mixed Grill	Zusammenstellung verschiedener kleiner, gegrillter Steaks (z. B. Kalb, Schwein, Rind) mit verschiedenen Garnierungen.

Eine besondere Bedeutung hat der unterschiedliche *Garpunkt* für den Geschmack der kurzgebratenen Fleischgerichte. Bei den unpanierten, kurzgebratenen Fleischkomponenten unterscheidet man dabei zwischen:

blutig gebraten *(saignant)*	außen gut gebräunt, innen vollrote Farbe, Fleischkern noch blutig,
rosa gebraten *(englisch)*	gut gebräunte Kruste, innen voll rosa in der Fleischfarbe, nicht mehr blutend,
halbrosa *(medium, à point)*	gut gebräunte Kruste, innen äußere Schicht grau, Fleischkern rosa, nicht mehr blutend,
durchgebraten *(bien cuit)*	gut gebräunte Kruste, innen vollständig grau.

In den meisten Fällen wird das Fleisch rosa oder halbrosa gebraten. Eine große Bedeutung dafür hat die Dicke des Fleischstückes. Beim Kurzbraten ist zu beachten, daß für das Fleischstück eine gute gebräunte Außenschicht (Bratkruste) erwünscht ist, ohne jedoch das Fleisch ausgesprochen krustig zu braten. Es ist also notwendig, nicht zu scharf anzubraten.
Kurzgebratene, gegrillte oder in Fett gebackene Fleischkomponenten werden zu Gerichten vor allem mit gebackenen Kartoffeln (Pommes frites, Strohkartoffeln) oder Bratkartoffeln und Frischkostsalaten kombiniert. Als *Soße* werden meist sog. echte Soßen (z. B. Béarner Soße, Choronsoße) gegeben. Bei gegrillten Fleischkomponenten ist es auch üblich, anstelle Soße das Fleischstück mit einer Scheibe Buttermischung zu belegen (z. B. Kräuterbutter). Der *Nähr- und Sättigungswert* kurzgebratener, gegrillter oder in Fett gebackener Gerichte kann sehr unterschiedlich sein. Entscheidend dafür ist die gewählte Fleischkomponente und die mit ihr kombinierten Gemüse-, Salat- oder Sättigungsbeilagen. Deshalb können sie bei geschickter Zusammenstellung für die unterschiedlichsten Ernährungsanforderungen angeboten werden. Beispiele dafür sind:[1]

Deutsches Beefsteak, junge Erbsen, Kartoffelbrei	2 845 kJ (680 kcal)
Filetsteak, Champignons, Bratkartoffeln	3 765 kJ (900 kcal)
Rostbraten mit Zwiebel, Bratkartoffeln, Kopfsalat	3 930 kJ (940 kcal)

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



Schweinskotelett, paniert, mit Pommes frites, Selleriesalat	4 100 kJ (980 kcal)
Bratwurst auf Kartoffelsalat, Rotkohlsalat	4 180 kJ (1 000 kcal)
Schaschlyk vom Schwein mit Letscho, Butterreis, Salatteller	4 270 kJ (1 020 kcal)
Schweinesteak, in Ei gehüllt, Butterchampignons, Bratkartoffeln	4 500 kJ (1 075 kcal)
Hammelkotelett mit Kräuterbutter, grüne Bohnen, Pommes frites	4 600 kJ (1 100 kcal)

Im folgenden Text wird die Gruppe kurzgebratene Gerichte gegliedert in

kurzgebratene Gerichte aus Schweinefleisch,
kurzgebratene Gerichte aus Rindfleisch,
kurzgebratene Gerichte aus Kalbfleisch,
kurzgebratene Gerichte aus Hammelfleisch,
kurzgebratene Gerichte aus Hackfleisch oder Wurst,
kurzgebratene Gerichte aus Innereien.

Kurzgebratene Fleischkomponenten, die, mit verschiedenen Beilagen kombiniert, als kalte Gerichte angeboten werden, sind den kalten Speisen auf Fleischbasis zugeordnet (siehe dort).

8.2. Kurzgebratene Gerichte aus Schweinefleisch

Kurzgebratene, gegrillte oder in Fett gebackene Gerichte aus Schweinefleisch enthalten eine Schweinefleischkomponente, die durch *Kurzbraten* (Kurzzeitbraten) in der Pfanne oder auf der Bratplatte bzw. *Grillen* auf dem Rost oder am Spieß oder *Backen in Fett* gegart wird. Es wird dafür zartes, schnellgarendes Fleisch mit oder ohne Knochen verwendet. Dazu gehören:

Steaks	aus Kamm oder Nierenstück geschnitten,
Schweinskotelett mit oder ohne Knochen	aus dem Kotelettstück geschnitten,
Medaillons Nüßchen Schweinslendchen am Spieß	aus dem Schweinslendchen (Filet) geschnitten,
Schweineschnitzel	aus dem Schnitzelstück der Keule geschnitten,
Spießchen (Schaschlyk)	aus verschiedenen, schnellgarenden Fleischstücken.

Schweineschnitzel oder -koteletts werden vor dem Kurzbraten mehliert oder paniert, um sie saftiger zu erhalten und eine gute Kruste zu erzielen. Das Mehlieren oder Panieren entfällt vor dem Grillen, hierfür wird das Fleisch leicht mit Öl bepinselt oder mit einem anderen Fett bestrichen.

Schweinefleisch kann sowohl durchgebraten als auch rosa oder halbrosa kurzgebraten werden.
Bei panierten, kurzgebratenen oder in Fett gebackenen Komponenten sollte die *Soße* extra gegeben werden, um die knusprige Kruste nicht durch Soße aufzuweichen. Ist das nicht möglich, gibt man zuerst wenig Soße auf die Platte und legt das Schnitzel oder Kotelett darauf. Jedoch niemals Soße über das panierte Stück geben.

Geschnetzeltes vom Schwein

Siehe Schweinsgeschnetzeltes.

Kammpfeffersteak

Scheibe von Schweinekamm plattieren, salzen, in zerdrückten Pfefferkörnern wälzen, von beiden Seiten rosa braten, aus der Pfanne nehmen, Bratensatz mit Rotwein und wenig brauner Grundsoße abkochen, mit Butterflöckchen vollenden. Steak trocken anrichten, mit mariniertem Gemüsepaprika garnieren, Soße extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Butterreis, Rosenkohl, Rotkohl, Schwarzwurzelgemüse, gedünsteter Chicorée, Wirsingkohl, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kammsteak in Ei

Scheibe von ausgelöstem Schweinekamm plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, durch zerquirltes Ei ziehen, von beiden Seiten goldgelb braten, Bratfett abschütten, in wenig Butter nachbraten, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Makkaroni- oder Nudelsalat, Rosenkohl, Champignons, Butterbohnen, junge Erbsen, Mischgemüse, Bohnensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Kasseler Kotelett auf Äpfeln

Kasseler Kotelett leicht plattieren, mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, auf gedünsteten Apfelringen anrichten, mit Rotweinsoße umkränzen.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Porreegemüse, Mischgemüse, Krautsalat, gemischter Salat.

Kasseler Kotelett auf Schmorgurke

Mild gesalzenes Kasseler Kotelett leicht plattieren, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken auf Schmorgurke anrichten, mit Petersilie und Zitronenspalte garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Schinkenreis, Butterreis, Salatteller.

Kasseler Kotelett in Ei und Zwiebel

Kasseler Kotelett plattieren, mit Senf bestreichen, in feinwürflig geschnittener Zwiebel wälzen, mehlieren, durch zerquirltes Ei ziehen, von beiden Seiten goldgelb knusprig braten, trocken anrichten, mit Tomatenachteln oder mariniertem, rotem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Butterreis, Rosenkohl, Mischgemüse, junge Erbsen, Butterbohnen, Bayrisch-Kraut, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.



Kasseler Kotelett in Ei

Kasseler Kotelett leicht plattieren, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit wenig Jus umkränzen, mit einem Setzei belegen.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelbrei mit Zwiebel, Pommes frites, Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Nudelsalat, Rosenkohl, Grünkohl, Rotkohl, Wirsingkohl, Butterbohnen, Mischgemüse, Chicoréesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Kasseler Kotelett, pikant

Kasseler Kotelett leicht plattieren, mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, mit angeschwitzten Streifen von Delikateßgurke bedecken, mit Paprikasahnesoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelkroketten, Pilzreis, Schinkenreis, Butternudeln, Spätzle, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Medaillon vom Schwein

Siehe Schweinmedaillon.

Paprikakotelett (Grundzubereitung)

Schweinskotelett leicht plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit Paprikasoße überziehen, mit Zitronenspalte garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Butterreis, Risi-Pisi, Spätzle, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Paprikaschweineschnitzel

Siehe Schweineschnitzel in Paprikasoße.

Raznjici (SFR Jugoslawien)

Siehe Schweinespießchen, jugoslawisch.

Rostbrätl (Grundzubereitung)

Ausgelösten Schweinekamm in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden, leicht plattieren, salzen, mit Senf bestreichen, mit Zwiebelscheiben, hellem Bier und Öl marinieren, etwa 1 Stunde ziehen lassen, abtropfen, von beiden Seiten auf dem Rost saftig grillen, braune Zwiebel obenauf geben.

Beilage: Specksalat, Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Pommes frites, Gurkensalat, Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Rostbrätl in Braunbier

Schweinekamm in Scheiben schneiden, leicht plattieren, pfeffern, in eine Marinade aus Senf, Salz, dunklem Bier, Öl, Petersilie und Zwiebelwürfeln einlegen, abtropfen, auf dem Rost von beiden Seiten saftig grillen, trocken anrichten, mit gebräunten Zwiebelscheiben belegen.

Beilage: Mayonnaisesalat, Specksalat, Kartoffelsalat, Nudelsalat, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Sahneschweineschnitzel

Siehe Schweineschnitzel in Sahne.

Schaschlyk von Schweinefleisch

Siehe Schweinespießchen.

Schinken, mit Käse gebacken (Schinkensteak, gefüllt)

Zwischen zwei Scheiben Kochschinken eine Scheibe Schnittkäse geben, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit Petersilie und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Strohkartoffeln, Spätzle, Hörnchensalat, junge Erbsen, Chicoréesalat, Champignonsalat, gemischter Salat.

Schinkenschnitte mit grünen Erbsen

Dicke Scheibe Kochschinken von beiden Seiten leicht anbraten, auf gedünsteten, würzig abgeschmeckten jungen Erbsen anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Pilzreis.

Schinkensteak (Grundzubereitung)

Dicke Scheibe Kochschinken mehlieren, durch zerquirltes Ei ziehen, von beiden Seiten goldgelb braten.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Spätzle, Risi-Pisi, junge Erbsen, Champignons, Rosenkohl, Spargel, Blumenkohl, gedünsteter Chicorée, Gurkensalat, Chicoréesalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schinkensteak, gefüllt

Siehe Schinken, mit Käse gebacken.

Schinkensteak mit Pfirsich

Dicke Scheiben Kochschinken mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, mit gedünsteter Pfirsichhälfte belegen, mit Béarner Soße oder holländischer Soße überziehen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Schloßkartoffeln, Pommes frites, Champignonreis, Salatteller.

Schweinespießchen (Schaschlyk) I

Schweinefleisch in gulaschgroße, dicke Scheiben schneiden, mit Zwiebelscheiben und magerem Speck abwechselnd auf Spieß aufreihen, salzen, pfeffern, knusprig grillen.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Kartoffelbrei, Brot, Krautsalat, Zwiebelsalat, gemischter Salat.

Schweinespießchen (Schaschlyk) II

Gulaschgroße Stücke von zartem Schweinefleisch mit Zwiebelscheiben, mageren Speckscheiben und Schweineleberstücken abwechselnd auf Spieß aufreihen, salzen, pfeffern, knusprig grillen, trocken anrichten, Letscho extra.

Beilage: Butterreis, Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Salatteller.

Hinweis: Es sind noch andere Zusammenstellungen (z. B. mit Niere oder Gemüse) möglich.

Schweinespießchen (SFR Jugoslawien) (Raznjici)

Gulaschgroße Würfel von zartem Schweinefleisch mit Tomatenvierteln, Zwiebelscheiben und Speck abwechselnd auf Spieß aufreihen, salzen, pfeffern, knusprig grillen, trocken anrichten, mit feingeschnittenen, rohen Zwiebelwürfeln umlegen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Weißbrot, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, Salatteller.

Schweinsfilet

Andere Bezeichnung für Schweinslendchen (siehe dort).

Schweinsgeröstel

Streifen von Schweinefleisch rasch anbraten und salzen, unter Zwiebelbratkartoffeln schwenken, mit Kümmel und Streifen von Delikateßgurke vermengen.

Beilage: Krautsalat, gemischter Salat.

Schweinsgeschnetzeltes

Schweinslende in dünne Scheiben schneiden, mit Zitronensaft, gehackten



Kräutern und Worcestersoße marinieren, mit feinen Zwiebelwürfeln anschwitzen, salzen, mit zerquirltem Ei übergießen, stocken lassen, trocken anrichten, mit Tomatenachteln oder marinierten, roten Gemüsepaprikastreifen garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Salatteller.

Schweinskarbonade

Andere Bezeichnung für Schweineschnitzel (siehe dort).

Schweinskotelett auf Ananaskraut

Schweinskotelett leicht plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, auf einem flachen Sockel von Ananaskraut (Weinkraut mit Ananasraspeln vermengt) anrichten, mit Grillwürstchen und angebratenen Schinkenstreifen garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Strohkartoffeln.

Schweinskotelett auf Wirsing

Schweinskotelett plattieren, salzen und pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, auf gedünstetem Wirsingkohl anrichten, mit gegrillten, mageren Speckscheiben und Grillwürstchen oder gebratenen Würstchenscheiben garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln.

Schweinskotelett, gegrillt

Schweinskotelett plattieren, salzen und pfeffern, mit Öl leicht bepinseln, saftig grillen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten und Petersilie garnieren. Rotweinsoße oder pikante Soße extra.

Beilage: Strohkartoffeln, Pommes frites, Bratkartoffeln, Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett im Käsemantel

Schweinskotelett plattieren, salzen und paprizieren, in Mehl, zerquirltem Ei und mit Reibekäse vermengtem Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren. Tomatensoße mit angebratenen Schinkenwürfeln extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelkroketten, Würfelkartoffeln, Kartoffelbrei, Butterreis, Champignonreis, Spätzle, Kopfsalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett in Apfelsahne

Schweinskotelett plattieren, salzen und mit gehacktem Kümmel würzen, mehlieren, saftig braten, zur Seite stellen, Bratensatz mit brauner Grundsoße und Sahne abkochen, mit Apfelmus verkochen, mit Pfeffer abschmecken, Kotelett trocken anrichten und die Soße darüber geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Schloßkartoffeln, Butterreis, Schinkenreis, Butternudeln, Spätzle, junge Erbsen, Butterbohnen, Mischgemüse, Blumenkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett in pikanter Apfelsoße

Schweinskotelett plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, aus dem Bratfett nehmen, im Bratfett Zwiebelwürfel goldgelb braten und Apfelscheiben darin weichdünsten, mit Tomatenketchup, Sahne und etwas Senf zu einer Soße verrühren, mit Salz, Muskat und Weißwein abschmecken. Das Schweinskotelett auf dieser Soße anrichten.

Beilage: Bratkartoffeln, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Butterreis, Spätzle, Mischgemüse, junge Erbsen, Spinat, Wirsingkohl, Rosenkohl, gedünsteter Chicorée, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett in Champignonsoße mit Schinkenwürfeln

Schweinskotelett plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, tomatisierte, braune Soße mit angebratenen Schinkenwürfeln und gedünsteten Champignonscheiben vermengen und leicht mit Knoblauch abgeschmeckt über das Kotelett geben.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbrei, Pommes frites, Butterreis, Risi-Pisi, Butternudeln, Spätzle, junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Wirsingkohl, Rosenkohl, gedünsteter Chicorée, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett mit Apfelscheiben

Schweinskotelett plattieren, salzen und mit gehacktem Kümmel würzen, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit gedünsteten Apfelscheiben und goldgelb gebratenen Zwiebelscheiben belegen, mit edelsüßem Paprika bestreuen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Spätzle, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett mit Artischockenragout

Schweinskotelett plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, knusprig braten, mit einem Ragout aus gedünsteten Champignons, Tomatenwürfeln und Artischockenwürfeln bedecken, mit Béarner Soße überziehen.

Beilage: Strohkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Salatteller.

Schweinskotelett mit Gemüsestreifen in Sahne

Schweinskotelett plattieren, salzen und pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit einer paprizierten Sahnesoße, die mit gedünsteten Möhren-, Sellerie- und Lauchstreifen vermengt ist, überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Butterreis, Spätzle, Butternudeln, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett mit Grillwürstchen

Schweinskotelett plattieren, salzen, paprizieren, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit Grillwürstchen, gegrillter Tomate, glasierten Zwiebeln und gegrillter, magerer Speckscheibe garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcracker, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, junge Erbsen, Butterbohnen, Champignons, Steinpilze, Blumenkohl, gedünsteter Chicorée, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett mit Paprikaragout

Schweinskotelett plattieren, mit Zitronensaft, edelsüßem Paprika, gehackter Petersilie und Worcestersoße marinieren, abtropfen lassen, saftig grillen, trocken anrichten und mit einem Ragout aus Rauchspeckwürfeln, Gemüsepaprikastreifen, Tomatenwürfeln, Oliven und weißer Soße bedecken.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Butternudeln, Spätzle, Butterreis, junge Erbsen, Blumenkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.



Schweinskotelett, naturell

Schweinskotelett plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelcraeker, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Gurkensalat, Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Schweinskotelett, naturell, wird nur wenig in dieser Form angeboten, meist ist das Schweinskotelett, naturell, Ausgangspunkt sehr unterschiedlicher Kombinationen und tritt nicht mehr so charakteristisch in den Vordergrund (siehe auch vorstehende Rezepturen).

Schweinskotelett, paniert

Schweinskotelett plattieren, salzen, pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, mit Zitronenspalte garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Hörnchensalat, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Schweinskotelett, paniert, wird auch als kaltes Gericht angeboten.

Schweinskotelett, pikant

Schweinskotelett plattieren, mit Zitronensaft, Pfeffer, gehackter Petersilie und Worcestersoße marinieren, abtropfen, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit einer Soße, die aus brauner Grundsoße, gehackten Schalotten, Essiggurkenwürfeln, Weißwein und Estragonessig zubereitet wurde, überziehen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Butterreis, Butterbohnen, Wirsingkohl, Rosenkohl, junge Erbsen, Mischgemüse, Rotkohl, gemischter Salat.

Schweinskotelett, überbacken

Schweinskotelett plattieren, salzen, pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, mit einer Scheibe Schnittkäse bedecken und diese in der Bratröhre schmelzen lassen.

Beilage: Butterreis, Risi-Pisi, Champignonreis, Reiskrusteln, Pommes frites, Kartoffelcraeker, Rosenkohl, Butterbohnen, Möhrengemüse, junge Erbsen, Blumenkohl, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Schweinslendchen am Spieß I

Scheiben von Schweinslendchen mit mageren Speckscheiben und Zwiebelscheiben abwechselnd auf ein Spießchen stecken, salzen und pfeffern, leicht mit Öl bepinseln, saftig grillen, trocken anrichten, mit Letscho garnieren.

Beilage: Butterreis, Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Bratkartoffeln, Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Schweinslendchen am Spieß II

Schweinslendchenscheiben abwechselnd mit Stücken von mariniertem Gemüsepaprika, Tomate und Rauchspeck auf ein Spießchen aufreihen, salzen, pfeffern, leicht mit Öl bepinseln, saftig grillieren, trocken anrichten, Tomatenketchup und feinwürflig geschnittene, rohe Zwiebel extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Bratkartoffeln, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinslendchen im Topf I

Medaillons von Schweinslende salzen und pfeffern, mehlieren, saftig braten, in einer Servierkasserolle auf Bratkartoffeln anrichten, mit in Bierteig getauchten und

gebackenen Zwiebelringen und angeschwenkten Champignonköpfen belegen und leicht mit Rotweinsoße soßieren.

Beilage: Chicoréesalat, Gurkensalat, Salatteller.

Schweinslendchen im Topf II

Scheiben von Schweinslendchen salzen und pfeffern, leicht mit Öl oder anderem Fett bepinseln, saftig grillen, in einer Servierkasserolle auf Kartoffelbrei mit Speck und Zwiebel anrichten, mit Paprikasahnesoße überziehen, mit einem gebackenen Ei und gedünsteten Tomatenwürfeln garnieren.

Beilage: Gemüsepaprikasalat, Mixed Pickles, Pilzsalat, Salatteller.

Schweinslendchen in Zitronenbutter

Scheiben von Schweinslendchen salzen und pfeffern, mehlieren, rosa braten, Bratfett abgießen, in wenig Butter anschwenken, mit Zitronensaft und einigen Tropfen Worcestersoße abschmecken, durchschwenken, anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Pommes frites, Champignonreis, Tomatenreis, Spätzle, Rosenkohl, Blumenkohl, Spargel, Champignons, Mischgemüse, junge Erbsen, Butterbohnen, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinslendchen mit Ananas

Scheiben von Schweinslendchen leicht klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, rosa braten, trocken anrichten, mit angeschwenkten Ananasstücken belegen, mit Béarner Soße überziehen.

Beilage: Strohkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelplätzchen, Würfelkartoffeln, Schloßkartoffeln, Butterreis, Champignonreis, Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Salatteller.

Schweinslendengulasch Stroganoff (Sowjetunion)

Schweinslendchen in Streifen schneiden, mit mageren Speckwürfeln und Zwiebelwürfeln anschwitzen, mit brauner Soße und saurer Sahne durchschwenken, Würfel von Delikateßgurke untermengen, salzen, pfeffern, durchziehen lassen ohne aufzukochen.

Beilage: Kartoffelbrei, Butterreis, Risi-Pisi, Bratkartoffeln, junge Erbsen, Blumenkohl, Champignons, Salatteller.

Schweinsmedaillon, naturell

Scheiben vom Schweinslendchen leicht klopfen, salzen, pfeffern und mehlieren, rosa braten, trocken anrichten.

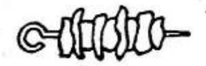
Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Spätzle, Rosenkohl, Spinat, Champignons, Kremkarotten, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Man rechnet drei bis vier Medaillons je Portion.
2. Medaillons, naturell, werden nur selten in dieser Form zu einem Gericht kombiniert, sie sind vielmehr Fleischkomponente für sehr unterschiedliche Zusammenstellungen (siehe vorstehende Rezepte) und werden auch für kalte Gerichte verwendet.

Schweinsmedaillons mit Geflügelleber

Schweinsmedaillons, naturell, trocken anrichten, mit rosa gebratener Geflügelleber umlegen, mit gegrillter Tomate und geschmorten Champignonköpfen garnieren. Béarner oder Choronsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Champignonreis, Risi-Pisi, Blumenkohl, junge Erbsen, Butterbohnen, Kremkarotten, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.



Schweineschnitzel, gefüllt

Zwei dünne Schweineschnitzel klopfen, salzen und pfeffern, eins davon mit einer Scheibe Kochschinken und einer Scheibe Schnittkäse belegen, mit dem anderen Schnitzel abdecken, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Bratkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Rosenkohl, Blumenkohl, junge Erbsen, Champignons, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweineschnitzel im Käsemantel

Schweineschnitzel klopfen, salzen, paprizieren, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot, das mit Reibekäse vermengt ist, panieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, Tomatensoße mit angeschwitzten Schinkenwürfeln und Champignonscheiben extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Butterreis, Spätzle, Mischgemüse, junge Erbsen, Porreegemüse, Kremkarotten, Butterbohnen, gemischter Salat.

Schweineschnitzel in Paprikasoße (Paprikaschweineschnitzel)

Zubereitung wie Schweineschnitzel in Sahne (siehe dort), jedoch mit Paprikasoße angießen, mit saurer Sahne vollenden, nicht mehr aufkochen lassen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Butterreis, Spätzle, junge Erbsen, Mischgemüse, Pilze, Blumenkohl, Wirsingkohl, Salatteller.

Schweineschnitzel in Sahne (Sahneschweineschnitzel)

Schweineschnitzel plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, mit Sahnesoße angießen, durchschwenken, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Risi-Pisi, Mischgemüse, junge Erbsen, Blumenkohl, Rosenkohl, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schweineschnitzel mit Letscho (Ungarische VR)

Schweineschnitzel plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, heiß stellen, im Bratfett Zwiebelwürfel und magere Speckwürfel anschwitzen, mit edelsüßem Paprika und Tomatenmark vermengen, das Schnitzel darauf geben, mit heißem Letscho bedecken, kurz durchziehen lassen.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbrei, Butterreis, Risi-Pisi, Spätzle, junge Erbsen, Butterbohnen, Mischgemüse, Blumenkohl, Rosenkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schweineschnitzel, naturell

Schweineschnitzel plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcracker, Tomatenreis, Butternudeln, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Schweineschnitzel, naturell, wird in dieser Weise selten kombiniert, es ist vielmehr Ausgangspunkt für weitere Zubereitungen (z. B. Schweineschnitzel in Sahnesoße).

Schweineschnitzel, paniert

Schweineschnitzel plattieren, salzen, pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten

knusprig braten, trocken anrichten. Mit Zitronenspalte und Petersilie garnieren.

Beilage: Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Bratkartoffeln, Pommes frites, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Die Praxis, ein paniertes Schweineschnitzel zu soßieren, ist abzulehnen. Wenn Soße gegeben wird, dann sollte das extra erfolgen.
2. Schweineschnitzel, paniert, ist auch kombiniert mit Sättigungs- und Salatbeilage als kalte Speise gut geeignet.

Schweinesteak, gegrillt

Schweinesteak plattieren, salzen, pfeffern, mit Öl bepinseln, saftig grillen, trocken anrichten, mit Kräuterbutter belegen, mit Zitronenspalten und Petersilie garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Champignons, Rosenkohl, Blumenkohl, gedünsteter Chicorée, Mischgemüse, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schweinesteak in Ei

Schweinesteak plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, durch zerquirltes Ei ziehen, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit Petersilie und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Würfelkartoffeln, Bratkartoffeln, Spätzle, junge Erbsen, Spargel, Blumenkohl, Champignons, Butterbohnen, Kremkarotten, Rosenkohl, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinesteak, mit feinem Ragout überbacken

Schweinesteak plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten anbraten, mit feinem Ragout (aus Kalbfleisch oder Geflügelfleisch) bedecken, mit holländischer Soße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken. Mit Zitronenspalten garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat, Gemüsepaprikasalat, junge Erbsen, Blumenkohl, Spargel.

Schweinesteak mit Letscho

Schweinesteak plattieren, salzen, pfeffern, mit Öl leicht bepinseln, saftig grillen, trocken anrichten, mit heißem Letscho bedecken, mit einigen Scheiben angebratener Knoblauchwurst belegen, mit saurer Sahne betropfen und mit gehacktem Dill bestreuen.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Spätzle, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schweinesteak mit pochiertem Ei

Schweinesteak plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit pochiertem (verlorenem) Ei belegen, mit Choronsoße oder Paprikasoße überziehen.

Beilage: Pommes frites, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, junge Erbsen, Butterbohnen, Blumenkohl, Rosenkohl, Mischgemüse, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schweinesteak mit Setzei

Schweinesteak plattieren, salzen, pfeffern, mit Öl leicht bepinseln, saftig grillen, mit Setzei belegen, mit Petersilie und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelcraeker, Rosenkohl, Butterbohnen, junge Erbsen, gedünsteter Chicorée, Mischgemüse, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.



Hinweis: Kann auch als naturell gebratenes Schweinesteak zubereitet werden.

Schweinesteak mit Rührei und Spargel

Schweinesteak plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, mit einem saftigen Rührei belegen, mit gedünstetem Spargel bedecken, mit holländischer Soße überziehen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Schloßkartoffeln, Pommes frites, Salatteller.

Schweinesteak mit Schinkenrührei

Zubereitung wie Schweinesteak mit Rührei (vorstehend), trocken anrichten, mit Schinkenrührei belegen, mit mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Spätzle, Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Rosenkohl, Champignons, Butterbohnen, gedünsteter Chicorée, Gurkensalat, Kopfsalat, Chicoréesalat, Champignonsalat, gemischter Salat.

Schweinesteak mit Tomatenrührei

Zubereitung wie Schweinesteak mit Rührei, trocken anrichten, mit einem Rührei, das mit gedünsteten Tomatenwürfeln vermengt ist, belegen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Pommes frites, Spätzle, Blumenkohl, Rosenkohl, Spinat, junge Erbsen, Butterbohnen, Spargelgemüse, Gurkensalat, Kopfsalat, Rosenkohlsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Schweinesteak, naturell

Schweinesteak plattieren, salzen, pfeffern, leicht mit Öl bepinseln, saftig grillen.

Hinweis: Schweinesteak, naturell, wird entweder als Komponente für Mixed Grill oder in anderer Kombination als Fleischkomponente weiterverarbeitet (siehe auch vorstehende Rezepturen).

Spießfleisch

Siehe Schweinespießchen.

Tomatensteak

Scheibe vom Schweinekamm plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, gesondert Tomatenscheiben in Öl anbraten, mit edelsüßem Paprika anstäuben, durchschwenken, das Steak trocken anrichten, mit den Tomaten belegen, mit gehackter Petersilie oder fein geschnittenem Schnittlauch garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Pommes frites, Spätzle, Butterreis, Blumenkohl, Mischgemüse, Champignons, gedünsteter Chicorée, Kopfsalat, Chicoréesalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Überbackenes Schweinskotelett

Siehe Schweinskotelett, überbacken.

8.3. Kurzgebratene Gerichte aus Rindfleisch

Kurzgebratene, gegrillte Gerichte aus Rindfleisch enthalten eine Rindfleischkomponente, die durch *Kurzbraten* (Kurzzeitbraten) in der Pfanne oder auf der Bratplatte bzw. durch *Grillen* auf dem Rost (in Ausnahmefällen auch am Spieß) gegart wird. Es werden dafür

zarte, schnellgarende Fleischteile des Rindes mit oder ohne Knochen (mit Knochen nur bei wenigen Spezialzubereitungen) verwendet. Das Fleisch alter Tiere ist nicht zum Kurzbraten geeignet und sollte geschmort werden. Die Fleischkomponente wird in Portionsstücken und bei einigen Zubereitungen auch in Mehrportionsstücken (z. B. doppeltes Filetsteak – *Chateaubriand* – oder doppeltes Rumpsteak – *Entrecôte*) hergestellt. Das Grillen von Rindfleisch ist weit weniger verbreitet als das Kurzbraten.
Nach Art des verwendeten Fleischteiles und dem Portionieren ist zwischen folgenden *Rindfleischkomponenten* zu unterscheiden:

Rumpsteak	aus dem Roastbeef geschnittene Fleischscheibe ohne Knochen,
Rostbraten	aus dem Rippenstück oder Roastbeef geschnittene, stark plattierte Scheibe ohne Knochen,
doppeltes Rumpsteak (Entrecôte)	auch doppeltes *Zwischenrippenstück,* aus dem Roastbeef geschnittene Scheibe in Größe einer Doppelportion (etwa 300 g) ohne Knochen,
Porterhouse Steak	aus dem Roastbeef quer zum Knochen – also mit Knochen – geschnittenes Mehrportionsstück (800 · · · 1 000 g) einschließlich Rückenfettauflage,
Filetsteak (Beefsteak, Lendensteak, Lendenschnitte)	aus dem Filetkopf geschnittene Scheibe von 125 · · · 150 g,
Tournedos (Filet mignons)	aus der Lendenspitze geschnittene, kleine Lendenschnitte (man rechnet zwei Stück für eine volle Portion),
doppelte Lendenschnitte (Chateaubriand)	aus dem Lendenmittelstück geschnittene Doppelportion von etwa 300 g, die am Tisch des Gastes portioniert wird,
Filetgulasch	aus dem Lendenkopf oder der Lendenspitze geschnittene, kleine Würfel.

Geschmorte Rostbraten (fälschlich auch gedämpfte oder gedünstete Rostbraten genannt) werden auch aus Keulenfleisch (Rouladenfleisch) geschnitten und sind ihrem Wesen nach fertige Fleischgerichte (siehe dort).

Basturma (Sowjetunion)

Siehe Rindslende am Spieß.

Beefsteak

Siehe Filetsteak.

Boeuf Stroganoff (Sowjetunion)

Siehe Filetgulasch Stroganoff.

Chateaubriand (Frankreich)

Siehe Lendenschnitte, doppelt.



Entrecôte (Frankreich)

Siehe Rumpsteak, doppelt.

Filetgulasch (Grundzubereitung) – Minutenfleisch, Minutengulasch

Lendenspitze in haselnußgroße Würfel schneiden, rasch rosa braten, salzen, pfeffern, warmstellen, Zwiebelwürfel anschwitzen, mit Rotweinsoße angießen, aufkochen, mit gedünsteten, geviertelten Champignons oder halbierten, kleinen Champignons vermengen, durchkochen, die rosa gebratenen Filetwürfel untermengen, durchziehen lassen ohne aufzukochen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Spätzle, junge Erbsen, Rosenkohl, Blumenkohl, Butterbohnen, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Filetgulasch Stroganoff (Boeuf Stroganoff)

Lendenspitze in Streifen schneiden, pfeffern und paprizieren, rasch rosa braten, in eine heiße, tomatisierte, braune Soße geben, mit saurer Sahne und Zitronensaft abschmecken, nachsalzen, durchziehen lassen ohne aufzukochen.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Risi-Pisi, Butterreis, junge Erbsen, Mischgemüse, Rosenkohl, Blumenkohl, Champignons, Steinpilze, Gurkensalat, rote Bete, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante ist die Zugabe von feinwürflig geschnittener Delikateßgurke und marinierten Champignons oder gedünsteten Champignons.

Filetsteak, naturell (Lendenstück, Beefsteak)

Filetsteak leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten rasch anbraten, das Bratfett abschütten und in Butter nachbraten, so daß das Filetsteak rosa gebraten ist.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spargel, Rosenkohl, junge Erbsen, Butterbohnen, Kremkarotten, Champignons, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Filetsteak, naturell, wird meist als Fleischkomponente noch weiter verarbeitet, ehe eine Kombination mit anderen Komponenten erfolgt (siehe auch folgende Rezepturen).

Filetsteak in Eierkuchen

Filetsteak leicht klopfen, wieder in die alte Form drücken, salzen und pfeffern, rosa braten, in einen mit Champignonscheiben gebackenen Eierkuchen hüllen, trocken anrichten, mit Tomatenachteln oder mariniertem, rotem Gemüsepaprika garnieren. Choronsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Filetsteak, mit Chicorée überbacken

Filetsteak leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten blutig braten, mit gedünstetem Chicorée belegen, mit holländischer Soße überziehen, überbacken. Trocken anrichten, Rotweinsoße extra.

Beilage: Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Butterreis, Spätzle, Kopfsalat, gemischter Salat.

Filetsteak mit Ei

Filetsteak leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten rosa braten, kurz in Butter nachbraten, mit der Bratbutter anrichten, mit einem Setzei belegen.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, junge Erbsen, Butterbohnen, Champignons, gedünsteter Chicorée, Rosenkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kleine Filetsteaks (Tournedos) mit Gänseleber und Trüffel

Kleine Filetsteaks (Tournedos) leicht klopfen, wieder in möglichst hohe Form drücken, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, mit in Rotwein marinierter und rosa gebratener Gänseleber belegen, mit Trüffelscheibe garnieren, mit dem mit Madeira abgelöschten Bratensatz soßieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Waffelkartoffeln, junge Erbsen, Butterbohnen, Salatteller.

Hinweis: Es werden zwei Tournedos für eine volle Portion gerechnet.

Filetsteak mit Mark und Gänseleber

Filetsteak leicht klopfen, salzen und pfeffern, von beiden Seiten rosa braten, mit kurz erwärmten Markscheiben und rosa gebratener Gänseleber belegen, mit Madeirasoße überziehen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Waffelkartoffeln, Champignons, Spargel, Blumenkohl, Rosenkohl, junge Erbsen, Butterbohnen, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Filetsteak mit Niere

Filetsteak leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten rosa braten, auf Zwiebelbratkartoffeln anrichten, mit einer Scheibe gebratener Kalbsniere belegen, mit marinierten, roten Gemüsepaprikawürfeln garnieren, Sahnesoße extra.

Beilage: Kremkarotten, junge Erbsen, Butterbohnen, Rosenkohl, Blumenkohl, Gurkensalat, gemischter Salat.

Filetsteak mit pikantem Champignonragout

Filetsteak leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten rosa braten, aus dem Bratfett nehmen und warm stellen, im Bratfett Zwiebelwürfel und blättrig geschnittene Champignons anschwenken, mit brauner Grundsoße und saurer Sahne verkochen, mit Streifen von roten Rüben und Delikateßgurke vollenden und über das Filetsteak geben.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Strohkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Spätzle, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Filetsteak mit Schinken in Rotwein

Filetsteak leicht klopfen, mit Knoblauchsalz und Pfeffer würzen, von beiden Seiten rosa braten, warm stellen, im Bratfett eine Scheibe Kochschinken rasch anbraten, auf das Steak geben, das Fett aus der Pfanne schütten, Bratensatz mit Rotwein und Zitronensaft abkochen und über das Filetsteak geben, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Spätzle, Rosenkohl, Champignons, Blumenkohl, junge Erbsen, Mischgemüse, Salatteller.

Filetsteak, überbacken

Filetsteak leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten rosa braten, dick mit Champignonpüree bestreichen, mit holländischer Soße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken, trocken anrichten, Rotweinsoße extra.



Beilage: Pommes frites, Kartoffelcraeker, Kartoffelchips, Bratkartoffeln, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Blumenkohl, Rosenkohl, Spargel, junge Erbsen, Butterbohnen, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Fleischfondue (Fondue Bourguignonne)

Rindslende grob würfeln, in Rotwein mit Pfeffer marinieren, abtropfen, in formschönem Serviertopf anrichten. Gemeinsam mit einem Kupfertopf mit heißem Öl und einem Spiritusrechaud sowie Fonduegabeln und Beilagen servieren. Der Gast spießt sich selbst Lendenwürfel auf die Fonduegabel, bäckt in dem heißen Öl und würzt nach Geschmack. Es sind deshalb ein Gewürzständer mit verschiedenen Gewürzen sowie mehrere Würztunken notwendig. Außerdem können Béarner Soße, Choronsoße, Tomatenketchup extra gegeben werden.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelcraeker, Kartoffelchips, Salatteller.

Hinweis: Eine Variante besteht darin, die Lendenwürfel statt in heißem Öl in kräftiger Fleischbrühe zu garen.

Fondue Bourguignonne (Schweiz, Frankreich)

Siehe Fleischfondue.

Gegrillte Rindshappen mit Teriyakiglasur (Gyuniku Teriyaki)

Rumpsteaks oder Filetsteaks ganz dünn klopfen (höchstens ½ cm Dicke) und in Teriyakiglasur tauchen. Auf einem Holzkohlenrost 1 Minute auf jeder Seite rösten. Vor dem Anrichten in etwa 2 cm breite Streifen schneiden, auf Teller legen und mit Teriyakiglasur, die mit wenig Senf verrührt wurde, beträufeln. Mit Petersilie garnieren.

Hinweis: Teriyakiglasur wird hergestellt, indem Sojasoße mit gleichen Teilen süßer Sake (Mirin) oder süßem Sherry und Hühnerbrühe verrührt wird. Dann läßt man diesen Ansatz mit wenig Zucker aufkochen und bindet leicht mit angerührter Stärke.

Geschmorter Rostbraten

Siehe 9.3. Fertige Fleischgerichte aus Rindfleisch.

Gyuniku Teriyaki (Japan)

Siehe Gegrillte Rindshappen mit Teriyakiglasur.

Lendengulasch

Siehe Filetgulasch.

Lendenschnitte, doppelt (Grundzubereitung) (Chateaubriand)

Doppelte Lendenschnitte leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten rosa braten (etwa 10 Minuten), beim Braten häufig mit dem Bratfett begießen, trocken anrichten.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Champignons, Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Butterbohnen, gedünsteter Chicorée, Rosenkohl, Salatteller.

Hinweis: Wird erst am Tisch des Gastes tranchiert.

Lendenschnitte, gebraten

Siehe Filetsteak, naturell.

Lendenstück, gebraten

Siehe Filetsteak, naturell.

Minutengulasch (Minutenfleisch, Lendengulasch)

Siehe Filetgulasch.

Paprikafiletgulasch

Lendenspitze in haselnußgroße Würfel schneiden, mehlieren, rosa braten, salzen und pfeffern, mit einer mit saurer Sahne abgeschmeckten Paprikasoße vermengen, kurz ziehen lassen ohne aufzukochen, beim Anrichten mit marinierten Gemüsepaprikastreifen bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Champignonreis, Spätzle, Champignons, gedünsteter Chicorée, junge Erbsen, Blumenkohl, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Pfeffersteak I

Filetsteak leicht klopfen, salzen und in zerdrückten Pfefferkörnern wälzen, von beiden Seiten rosa braten, warm stellen, Bratensatz mit Rotwein und braunem Fond ablöschen, verkochen, mit Butterflöckchen vollenden, Filetsteak trocken anrichten, die aus dem Bratensatz hergestellte Soße extra geben.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Waffelkartoffeln, Kartoffelchips, Spargel, junge Erbsen, Rosenkohl, Butterbohnen, gedünsteter Chicorée, Champignonsalat, Blumenkohlsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Anstelle Rotwein kann auch Weinbrand zum Ablöschen verwendet werden.
2. Das Pfeffersteak kann auch am Tisch des Gastes mit Weinbrand flambiert werden. Dann ist die Soße mit Rotwein herzustellen.

Pfeffersteak II

Filetsteak leicht klopfen, salzen und in zerdrückten Pfefferkörnern wälzen, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, Béarner Soße oder Choronsoße extra.

Beilage: wie Pfeffersteak I.

Porterhouse Steak (Großbritannien, USA) (T-Bone-Steak)

Dicke Schnitte vom Roastbeef mit Knochen und anhängendem Lendenteil (etwa 1 kg) salzen, pfeffern, mit Öl leicht bepinseln, grillen (etwa 25 bis 30 Minuten), trocken anrichten, mit gegrillter Tomate und gebackener Petersilie garnieren, Soße (z. B. Béarner Soße) extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelchips, Strohkartoffeln, Waffelkartoffeln, Salatteller.

Hinweis: 1. Porterhouse Steak ist eine Zubereitung für mehrere Personen, also ein Mehrportionsstück.
2. Porterhouse Steak wird am Tisch des Gastes tranchiert.

Pytt i panna (Schweden)

Reste von gebratenem Fleisch (vor allem Roastbeef, Kalbsbraten) und Schinken in Würfel schneiden, mit gekochten Kartoffelscheiben oder -würfeln und Zwiebelwürfeln anschwitzen. Anrichten und obenauf mit einem Setzei belegen.

Rindsfilet mit Leber und Gurke (Ungarische VR)

Filetsteak leicht klopfen, pfeffern, von beiden Seiten rosa braten, salzen, warm stellen, im Bratfett Zwiebelwürfel und Leberwürfel braten, mit edelsüßem Paprika bestreuen, salzen und über das Filetsteak geben, mit Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelchips, Petersiliekartoffeln, Salatteller.



Rindslende am Spieß (Basturma)

Scheiben von der Filetspitze mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Pfeffer, Weinessig oder Weißwein und Öl marinieren, auf Spieß stecken, grillen. Scheiben vom Spieß schieben, anrichten, mit Tomatenachteln und Streifen von Zwiebellauch oder feingeschnittenem Schnittlauch garnieren.

Beilage: Pommes frites, Bratkartoffeln, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Risi-Pisi, Gurkensalat, Tomatensalat mit saurer Sahne, Salatteller.

Hinweis: Es ist in der Sowjetunion auch üblich, zwei Sättigungsbeilagen (z. B. Risi-Pisi und Pommes frites) mit der Fleischkomponente zu kombinieren.

Rindsmedaillon

Andere Bezeichnung für Filetsteak (siehe dort).

Rostbraten

Siehe Rostbraten auf Sauerkraut.
Siehe Rostbraten, geschmort (siehe 9.3. Fertige Gerichte aus Rindfleisch).
Siehe Sahnerostbraten.
Siehe Zwiebelrostbraten.

Rostbraten auf Sauerkraut mit Zwiebeln

Rostbraten klopfen, salzen, pfeffern, saftig braten, auf trocken gehaltenem Sauerkraut anrichten, mit gebräunten Zwiebelscheiben belegen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Spätzle.

Rumpsteak, doppelt (Grundzubereitung) (Entrecôte)

Doppeltes Rumpsteak leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten rosa braten (Bratzeit etwa 10 Minuten), während des Bratens häufig mit dem Bratfett begießen, trocken anrichten, Béarner Soße oder Choronsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Waffelkartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Champignons, Mischgemüse, mit Spargel garniert, junge Erbsen, Rosenkohl, Salatteller.

Hinweis: 1. Doppeltes Rumpsteak ist eine Zubereitung für mehrere Personen.
2. Doppeltes Rumpsteak wird am Tisch des Gastes tranchiert.

Rumpsteak in Eihülle

Rumpsteak leicht klopfen, salzen, pfeffern, mit Senf bestreichen, in feingeschnittenen Zwiebelwürfeln wälzen, mehlieren, durch zerquirltes Ei ziehen, von beiden Seiten goldgelb braten (das Rumpsteak soll innen halbrosa gebraten sein), trocken anrichten, mit Tomatenspalten und Petersilie garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcracker, Waffelkartoffeln, Bratkartoffeln, junge Erbsen, Butterbohnen, Rosenkohl, gedünsteter Chicorée, Blumenkohl, Gurkensalat, Chicoréesalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Rumpsteak mit Kräuterbutter

Rumpsteak klopfen, Sehne einschneiden, salzen, pfeffern, leicht mit Öl bepinseln, grillen, trocken anrichten, mit einer Scheibe gut gekühlter Kräuterbutter belegen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcracker, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, junge Erbsen, Champignons, Butterbohnen, Rosenkohl, Tomatensalat, Salatteller.

Hinweis: Das Rumpsteak kann anstelle des Grillens auch kurzgebraten werden, dann entfällt das Bepinseln mit Öl.

Rumpsteak mit Sahnemeerrettich

Zubereitung wie Rumpsteak mit Zwiebel, jedoch statt Zwiebel Sahnemeerrettich geben.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Zwiebelkartoffeln, Pommes frites, Butterbohnen, junge Erbsen, Blumenkohl, Salatteller.

Rumpsteak mit Zwiebel

Rumpsteak klopfen, salzen und pfeffern, von beiden Seiten rosa braten, warm stellen, im Bratfett dünne Zwiebelscheiben goldgelb braten, Rumpsteak trocken anrichten, die gebratenen Zwiebeln auf dem Rumpsteak anrichten.

Beilage: Pommes frites, Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Blumenkohl, Champignons, Kremkarotten, Rosenkohl, Tomatensalat, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Es kann gesondert braune Grundsoße gereicht werden.

Rumpsteak, paniert (Sowjetunion)

Rumpsteak klopfen, salzen und pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit zerlassener Butter übergießen, mit Petersilie garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Salatteller.

Rumpsteak, überbacken

Rumpsteak salzen und pfeffern, von beiden Seiten blutig braten, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit Rindermarkscheiben und Champignonscheiben belegen, mit Käsesoße überziehen, überbacken.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Spätzle, junge Erbsen, Butterbohnen, Blumenkohl, Rosenkohl, Tomatensalat, Salatteller.

Sahnerostbraten

Rostbraten klopfen, mit Knoblauchsalz würzen, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit Sahnesoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Karotten, junge Erbsen, Mischgemüse, Blumenkohl, Spargel, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Siehe auch Sahnerostbraten, geschmort (9.3. Fertige Gerichte aus Rindfleisch).

T-Bone-Steak

Siehe Porterhouse Steak.

Überbackenes Filetsteak

Siehe Filetsteak, mit Chicorée überbacken.
Siehe Filetsteak, überbacken.

Zwiebelfleisch I

Erkaltetes, gekochtes Rindfleisch in Scheiben schneiden, mehlieren, von beiden Seiten anbraten, trocken anrichten, mit goldgelb gebratenen Zwiebelscheiben belegen, mit brauner Grundsoße umkränzen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Mischgemüse, Rotkohl, Rosenkohl, Wirsingkohl, Sauerkraut, Porreegemüse, Möhrengemüse, Gurkensalat, gemischter Salat.



Zwiebelfleisch II

Zubereitung des Fleisches wie Zwiebelfleisch I, jedoch mit gebackenen Zwiebelringen belegen, mit brauner Grundsoße umkränzen, mit einem Setzei abdecken, mit Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Spätzle, Rotkohl, Wirsingkohl, Sauerkraut, Rosenkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, Bohnengemüse, rote Bete, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Zwiebelrostbraten

Rostbraten klopfen, salzen und pfeffern, von beiden Seiten saftig braten, im Bratfett dünngeschnittene Zwiebelscheiben goldgelb braten, den Rostbraten auf wenig brauner Grundsoße anrichten und mit den goldgelben Zwiebelscheiben belegen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Butterbohnen, Karotten, Mischgemüse, junge Erbsen, Rosenkohl, rote Bete, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

8.4. Kurzgebratene Gerichte aus Kalbfleisch

Kalbfleisch ist ein zartes, schnellgarendes und fettarmes Fleisch, das gut zum Kurzbraten geeignet ist. Neben dem *Kurzbraten* sind auch das *Grillen* und – allerdings in geringem Maße – das *Backen in Fett* üblich. Der zarte Geschmack des Kalbfleisches wird durch starke Geschmacksträger häufig als Gegensatz bei der Kombination zum Gericht hervorgehoben. Ebenfalls werden würzige Brat- oder Backkrusten (z. B. beim Wiener Schnitzel) bevorzugt. Kalbfleisch zählt zum sog. weißen Fleisch.
Nach Art der Zubereitung und den verwendeten Fleischteilen unterscheidet man bei den kurzgebratenen, gegrillten oder gebackenen *Komponenten* aus Kalbfleisch:

Schnitzel (Escalope)	aus der Oberschale (Schnitzelstück) der Keule oder der großen Nuß geschnittene Scheibe ohne Knochen, die paniert oder unpaniert zubereitet wird,
Steak	aus der großen Nuß der Keule oder aus dem Sattelstück geschnittene Scheibe ohne Knochen, die unpaniert zubereitet wird,
Kotelett	aus dem Kotelettstück (Rücken) mit Knochen geschnittene Scheibe, die paniert oder unpaniert zubereitet wird,
Medaillon (Nüßchen)	aus dem Kalbslendchen (Filet) geschnittene Scheibe, die unpaniert zubereitet wird,
Minutenfleisch (Minutengulasch)	haselnußgroße Würfel oder auch Streifen aus der Nuß oder der Oberschale der Keule, die gulaschartig zubereitet werden,
Kalbfleischspießchen	Zusammenstellungen aus gulaschgroßen Kalbfleischstükken mit Leber, Niere und dgl. auf dem Spießchen aufgereiht und gegart.

Weiterhin werden *Innereien*, wie *Kalbsleber, Kalbshirn, Kalbsniere* oder *Kalbsbries*, kurzgebraten oder gegrillt (siehe 8.7. Kurzgebratene Gerichte aus Innereien).
Gebackene Kalbfleischkomponenten werden auch aus gekochtem Kalbfleisch hergestellt (z. B. gebackene Kalbsbrust).

Cordon bleu (Frankreich)

Siehe Kalbsschnitzel, gefüllt.

Geschnetzeltes von Kalb

Siehe Kalbsgeschnetzeltes.

Kalbfleischspießchen I

Kalbfleischscheiben salzen und pfeffern, mit gleichgroßen Nierenscheiben belegen, rollen, spießen und langsam grillen. Trocken anrichten, Rotweinsoße bzw. Apfel- oder Mangochutney extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Pommes frites, Kartoffelcraeker, junge Erbsen, Blumenkohl, Champignons, Spargel, Butterkarotten, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kalbfleischspießchen II

Gulaschgroße Kalbfleischstücke in Weißwein, Pfeffer, Zwiebelwürfel, gehackter Petersilie und Pfeffer marinieren, abtropfen lassen, abwechselnd mit Scheiben von Kalbsniere und magerem Speck auf Spießchen aufreihen, salzen, leicht mit Öl bepinseln, grillen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten und Petersilie garnieren, Tomatenketchup oder Tomatenchutney extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, junge Erbsen, Butterkarotten, Blumenkohl, Spargel, Champignons, Blumenkohlsalat, Chicoréesalat, Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Kalbsbrust, gebacken (Österreich)

Kalbsbrust auslösen, in Salzwasser mit Wurzelgemüse garen, erkaltet in Scheiben schneiden, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten. Mit Zitronenspalten und Petersilie garnieren. Tomaten- oder Rotweinsoße kann extra gereicht werden.

Beilage: Kartoffelsalat, Nudel- oder Hörnchensalat, Bratkartoffeln, Pommes frites, Blumenkohl, Kremkarotten, Mischgemüse, Spinat, gedünsteter Chicorée, Tomatensalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Kalbsgeschnetzeltes (Schweiz)

Schnitzelfleisch in Streifen schneiden, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln anbraten, mit Sahnesoße anschwenken, mit Weißwein und gehackter Petersilie anschwenken, kurz ziehen lassen ohne aufzukochen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Butterkartoffeln, Kartoffelkroketten, Butterreis, Champignonreis, Schinkenreis, Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Würfelkarotten, Champignons, Tomatensalat, Salatteller.

Kalbskotelett auf Rahmspinat

Kalbskotelett klopfen, salzen und pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, auf in Sahne gedünstetem Blattspinat anrichten.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Pommes frites, Butterreis, Spätzle.

Hinweis: Kann auch mit püriertem Spinat zubereitet werden.



Kalbskotelett mit Rührei

Kalbskotelett klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, Bratfett abschütten, in Butter kurz nachbraten, mit der Bratbutter anrichten, mit Kräuterrührei belegen, mit Tomatenachteln oder mariniertem roten Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Spinat, Blumenkohl, Würfelkarotten, junge Erbsen, Spargel, Tomatensalat, Blumenkohlsalat, Salatteller.

Kalbskotelett, paniert

Kalbskotelett klopfen, salzen und pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit Zitronenspalte garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelcraeker, Kartoffelsalat, Spätzle, Spinat, Butterbohnen, junge Erbsen, Würfelkarotten, Mischgemüse, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kalbsmedaillons (Kalbsnüßchen)

Kalbslendchen in dicke Scheiben schneiden, leicht klopfen und wieder in alte Form zurückdrücken, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, in erhitzter Kräuterbutter anschwenken, mit der Butter anrichten, mit Zitronenspalten garnieren und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Butterkartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Butterreis, Ananasreis, Schinkenreis, Spätzle, Spinat, Champignons, Spargel, Würfelkarotten, Butterbohnen, Champignonsalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Kalbsnüßchen

Siehe Kalbsmedaillons.

Kalbsschnitzel, gefüllt (Cordon bleu)

Zwei kleine Kalbsschnitzel klopfen, salzen, pfeffern, ein Schnitzel mit einer Scheibe Kochschinken und einer Scheibe Schnittkäse belegen, mit dem anderen Schnitzel abdecken, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten. Trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Blumenkohl, Kremkarotten, Spinat, Spargel, Champignons, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kalbsschnitzel im Käsemantel

Kalbsschnitzel klopfen, salzen und paprizieren, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot, das mit Reibekäse vermengt ist, panieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, Tomatensoße extra.

Beilage: Schinkenspaghetti mit Champignons vermengt, Schinkenreis, Ananasreis, Risi-Pisi, Spätzle, Kartoffelbrei, Chicoréesalat, Chinakohlsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Rosenkohlsalat, gemischter Salat.

Kalbsschnitzel mit Setzei und pikanten Schnittchen

Kalbsschnitzel klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, mit Setzei belegen, mit pikanten Schnittchen (mit Lachs, Sardinen, Räucherfilet belegt) umlegen, mit Petersilie garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, junge Erbsen, Würfelkarotten, Blumenkohl, Spinat, Mischgemüse, Tomatensalat, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kalbsschnitzel mit Wachtelei und Champignons

Kalbsschnitzel klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, mit zwei halben, hartgekochten Wachteleiern und gedünsteten Champignonköpfen belegen, mit Choronsoße oder Béarner Soße überziehen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelchips, Schloßkartoffeln, Würfelkartoffeln, Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spinat, Kremkarotten, junge Erbsen, Blumenkohl, Butterbohnen, Kopfsalat, Salatteller.

Kalbsschnitzel, naturell (Naturschnitzel)

Kalbsschnitzel klopfen, salzen und pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, Bratfett abschütten, kurz in Butter nachbraten, mit der Bratbutter anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Spätzle, Risi-Pisi, Spargel, junge Erbsen, Würfelkarotten, Blumenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Kalbsschnitzel, paniert (Wiener Schnitzel)

Kalbsschnitzel klopfen, salzen, pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit Zitronenscheibe und Sardellenring belegen, mit gebackener Petersilie garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die Schnitzel schwimmend in Fett zu backen, trocken anzurichten und mit Zitronenspalten zu garnieren.
2. Zum Wiener Schnitzel wird keine Soße gegeben.

Kalbssteak mit Artischocken und Gänseleber

Kalbssteak klopfen, salzen und pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, mit Béarner Soße überziehen, mit Artischockenböden, die mit rosa gebratener Gänseleber gefüllt und mit Champignonsoße überzogen sind, umlegen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Waffelkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Spargel, Blumenkohl, Champignons, Rosenkohl, Champignonsalat, Blumenkohlsalat, Salatteller.

Kalbssteak mit Champignons

Kalbssteak klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, Bratfett abschütten, in wenig Butter nachbraten, mit der Bratbutter anrichten, mit gedünsteten Champignons bedecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Kartoffelplätzchen, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, das Kalbssteak zu grillen. Dabei entfällt das Mehlieren, dafür wird das Steak vor dem Grillen leicht mit Öl bepinselt.

Kalbssteak, mit feinem Ragout überbacken (au four)

Kalbssteak leicht plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, mit feinem Ragout bedecken, mit holländischer Soße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken. Trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelchips, Kartoffelkroketten, junge Erbsen, Spargel, Blumenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.



Kalbssteak mit Rührei und Spargel

Kalbssteak plattieren, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, mit saftigem Rührei belegen, mit gedünstetem Spargel garnieren, der mit holländischer Soße zur Hälfte überzogen wird, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelchips, Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Spätzle, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kalbssteak mit Schinken

Kalbssteak leicht klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, mit angebratener Kochschinkenscheibe belegen, mit einigen geschmorten Champignonköpfen garnieren. Sahnesoße extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelchips, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Risi-Pisi, Ananasreis, Spätzle, Spinat, Würfelkarotten, junge Erbsen, Spargel, Blumenkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, Salatteller.

Kalbssteak, naturell

Kalbssteak klopfen, salzen und pfeffern, leicht mit Öl bepinseln, rosa grillen, trocken anrichten, mit einer Scheibe gekühlter Kräuterbutter belegen, mit Zitronenspalte garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Tomatenreis, Paprikareis, Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Spinat, Würfelkarotten, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Kalbssteak, naturell, kann auch kurzgebraten zubereitet werden.

Naturschnitzel

Siehe Kalbsschnitzel, naturell.

Paprikakalbskotelett (Paprikakotelett)

Kalbskotelett klopfen, pfeffern und salzen, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit Paprikasoße soßieren, mit Zitronenspalten garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Risi-Pisi, Spätzle, Butternudeln, junge Erbsen, Butterbohnen, Rosenkohl, Grünspargel, Spinat, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, mit einer Zitronenscheibe, die zur Hälfte mit edelsüßem Paprika und zur Hälfte mit gehackter Petersilie bedeckt ist, zu garnieren.

Paprikakalbsschnitzel (Paprikaschnitzel)

Schnitzel wie Paprikakalbskotelett zubereiten (siehe dort).

Beilage: wie Paprikakalbskotelett.

Sahneschnitzel

Kalbsschnitzel klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, den Bratensatz mit etwas Sahnesoße abkochen, die Sahnesoße über das Schnitzel geben, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkrusteln, Butterreis, Risi-Pisi, junge Erbsen, Würfelkarotten, Mischgemüse, Grünspargel, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Überbackenes Kalbssteak mit feinem Ragout

Siehe Kalbssteak mit feinem Ragout.

Wiener Schnitzel (Österreich)

Siehe Kalbsschnitzel, paniert.

8.5. Kurzgebratene Gerichte aus Hammelfleisch

Kurzgebratene oder gegrillte Gerichte aus Hammelfleisch (richtiger ist die Bezeichnung Schaffleisch) werden aus zartem, schnellgarendem Fleisch von 2- bis 3jährigen Schafen oder Jungtieren (Lämmer), dem sog. Lammfleisch, zubereitet. Das Fleisch älterer Tiere ist vor allem zum *Schmoren* und *Kochen* geeignet. Hammelfleisch zählt zum sog. dunklen Fleisch und ist von charakteristischem Geschmack.
Nach Art der Zubereitung und den verwendeten Fleischteilen unterscheidet man bei kurzgebratenen oder gegrillten Fleischgerichten aus Hammel- oder Lammfleisch (Lammbroiler):

Hammelkotelett oder Lammkotelett	aus dem Kotelettstück (Rücken) mit oder ohne Knochen geschnittene Scheibe (man rechnet zwei Stück für eine volle Portion), die unpaniert zubereitet wird (in Ausnahmefällen auch paniert),
Hammelchops oder Lammchops	aus dem Sattelstück mit Knochen und anhängendem Filet geschnittene Scheibe,
Hammelmedaillon oder -nüßchen	aus dem Hammellendchen geschnittene, dicke Scheibe,
Hammelspießchen (Schaschlyk)	aus dem Hammellendchen oder anderen zarten Fleischteilen geschnittene, gulaschgroße Würfel, die am Spieß aufgereiht gegart werden.

Kurzgebratene oder gegrillte Gerichte werden auch aus *Innereien,* wie *Hammelniere, Hammelleber* (siehe 8.7. Kurzgebratene Gerichte aus Innereien) zubereitet.

Gegrilltes Hammelfleisch mit Pilaffreis (Kermanschah Khabab)

Aus Hammelrücken oder -keule dünne Fleischstücke (möglichst mager) von etwa 30···40 g schneiden, plattieren und mit Salz, Pfeffer, Kurkuma, Safran sowie einer Spur Knoblauchpulver würzen. Die kleinen Steaks leicht mit Öl beträufeln und mit Mondamin oder Weizenpuder bestäuben. Auf dem Rost grillen. Pilaffreis mit Butterflocken auflockern, auf einer Platte anrichten und mit den dünnen Steaks belegen.

Hinweis: Es ist üblich, dazu ein Schüsselchen feingeschnittene Würfel von blauen Zwiebeln extra zu servieren.

Hammelchop (Mutton chop)

Quergeschnittene Scheibe vom Hammelrücken mit Knochen und anhängendem Filet mit festgesteckten Lappen salzen, pfeffern, leicht mit Öl bepinseln, grillen, trocken anrichten, mit Knoblauch- oder Kräuterbutter belegen, mit Kresse garnieren.

Beilage: Kartoffelchips, Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Butterbohnen, Porreegemüse, Zwiebelgemüse, Mischgemüse, Zwiebelsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.



Hammelkotelett in pikanter Soße

Hammelkotelett klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit pikanter Senf-Weißwein-Soße (siehe 12.5. Soßen – Warme Soßen) überziehen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Butterbohnen, Mischgemüse, gedünsteter Porree, Würfelkarotten, Zwiebelsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hammelkotelett mit Banane

Hammelkotelett klopfen, salzen und paprizieren, mit Öl bepinseln, saftig grillen, mit Tomatensoße (mit gedünsteten Gemüsepaprikastreifen vermengt) überziehen, mit mehlierter und gebratener Banane garnieren.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Würfelkartoffeln, Spätzle, Champignonsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hammelkotelett mit Champignonpüree

Hammelkotelett klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten saftig braten, mit Champignonpüree bedecken, mit Rotweinsoße überziehen, mit mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: Nußkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelchips, Kartoffelkroketten, Butterbohnen, Würfelkarotten, gedünsteter Porree, gedünsteter Chicorée, Bohnensalat, Zwiebelsalat, gemischter Salat.

Hammelkotelett mit Champignons und Schinken

Hammelkotelett klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit gegrillter, magerer Schinkenscheibe, gedünsteten Champignonköpfen und glasierten Zwiebeln garnieren. Apfelchutney extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Butterbohnen, gedünsteter Porree, Rosenkohl, Zwiebelsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hammelkotelett mit Kräuterbutter

Hammelkotelett klopfen, salzen, pfeffern, mit Öl bepinseln, saftig grillen, trocken anrichten, mit einer Scheibe gekühlter Kräuterbutter belegen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelchips, Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Champignons, Würfelkarotten, Butterbohnen, gebackene Bohnen, Zwiebelsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hammelkotelett, paniert

Hammelkotelett plattieren, salzen, pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, knusprig von beiden Seiten braten. Trocken anrichten, mit Knoblauch abgeschmeckte Tomatensoße oder Stachelbeersoße extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Nußkartoffeln, Risi-Pisi, Spätzle, Kremkarotten, Butterbohnen, Mischgemüse, Rosenkohl, gedünsteter Chicorée, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hammelkotelett, überbacken I

Hammelkotelett klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten anbraten, mit Käsesoße überziehen, überbacken. Mit Tomatenspalten garnieren, Apfelchutney oder Stachelbeersoße extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Nußkartoffeln, Kartoffelplätzchen, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Schinkenreis, Champignons, junge Erbsen, Butterbohnen, Würfelkarotten, gedünsteter Porree, gemischter Salat.

Hammelkotelett, überbacken II

Hammelkotelett klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten anbraten, mit Zwiebelmus bedecken, mit Reibekäse bestreuen, überbacken. Rotweinsoße extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Pommes frites, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, junge Erbsen, Butterbohnen, Blumenkohl, Rosenkohl, Weinkraut, gemischter Salat.

Hammelschaschlyk

Hammelfleisch in walnußgroße Stücke schneiden, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Pfeffer, Zitronensaft, gehackter Petersilie, Schnittlauch und Wodka marinieren, abtropfen, abwechselnd mit Scheiben von Hammeltalg oder Rauchspeck auf Spieß aufreihen, salzen, knusprig grillen. Trocken anrichten, mit feingeschnittenen Würfelzwiebeln garnieren, Tomatenketchup extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelcracker, Risi-Pisi, Bohnensalat, Tomatensalat mit saurer Sahne, grüne Erbsen, Zwiebelsalat, gemischter Salat.

Hinweis: In der Sowjetunion ist es auch üblich, zwei Sättigungsbeilagen zum Schaschlyk (z. B. Pommes frites und Risi-Pisi) zu geben.

Hammelschnitzel, paniert

Hammelschnitzel (aus der Keule geschnitten) klopfen, mit Knoblauchsalz und Pfeffer würzen, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren. Zwiebel- oder Rotweinsoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Nußkartoffeln, Kartoffelchips, Rotkohl, Weinkraut, Butterbohnen, Porreegemüse, Mischgemüse, Bohnensalat, Zwiebelsalat, gemischter Salat, Mixed Pickles.

Kermanschah Khabab (Orient)

Siehe gegrilltes Hammelfleisch mit Pilaffreis.

Lammbrust, gebacken

Lammbrust mit Suppengemüse in Salzwasser garen, entbeinen, pressen, in Scheiben schneiden, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett knusprig backen, trocken anrichten. Tomatensoße oder kalte Senfsoße extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelsalat, Nudelsalat, Pommes frites, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Mischgemüse, Würfelkarotten, Spinat, junge Erbsen, Rotkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Lammfleischspießchen

Lammfleischwürfel (gulaschgroß) mit Zitronensaft, Zwiebelsaft und Pfeffer marinieren, abtropfen lassen, auf Spieß stecken, leicht mit Öl bepinseln, knusprig grillen, das Fleisch vom Spieß streifen, mit saurer Sahne übergießen, mit Mandelsplittern bestreuen.

Beilage: Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Tomatenreis, Schinkenreis, Champignonreis, Zwiebelsalat, gemischter Salat.

Lammkotelett auf Spinat

Lammkotelett klopfen, salzen und pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, von beiden Seiten knusprig braten, auf Blattspinat oder püriertem Spinat anrichten, mit Zitronenspalten garnieren. Zwiebelsoße extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Butterreis.

Lammkotelett mit Zwiebelsoße

Lammkotelett klopfen, salzen und pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten,



trocken anrichten, mit brauner Zwiebelsoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Weinkraut, Porreegemüse, Würfelkarotten, Butterbohnen, Mischgemüse, gemischter Salat.

Lammschaschlyk

Siehe Schaschlyk von Lamm.

Lammsteaks im Topf

Zwei kleine Lammsteaks klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, in einer Servierkasserolle auf Zwiebelbratkartoffeln anrichten, mit gedünsteten Champignons belegen, mit Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Salatteller.

Mast-Lammscheiben, paniert

Dicke, knochenfreie Scheibe aus der Keule gut klopfen, salzen und pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, knusprig braten, auf gedünsteten grünen Bohnen mit angebratenen Kochschinkenstreifen vermengt anrichten, Paprikasahnesoße oder Zwiebelsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelcraeker, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln.

Mutton Chop (Großbritannien)

Siehe Hammelchop.

Schaschlyk (Sowjetunion)

Siehe Hammelschaschlyk.

Schaschlyk von Lamm

Gulaschgroße Würfel von Lammfleisch mit frischen Pfefferminzblättern, Zitronensaft, Pfeffer, gehackter Petersilie und Öl marinieren, abtropfen lassen, spießen, salzen, knusprig grillen, trocken anrichten, mit Tomatenachteln garnieren. Tomatenketchup oder Curryketchup extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelcraeker, Bratkartoffeln, Nußkartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Mixed Pickles, Tomatensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Schisch Kebab (Orient)

Siehe Lammfleischspießchen.

8.6. Kurzgebratene Gerichte aus Hackfleisch und Wurst

In dieser Gruppe sind kurzgebratene, gegrillte oder gebackene Komponenten aus zerkleinertem Schlachtfleisch, die mit Sättigungs- und Gemüse- oder Salatbeilage zu Gerichten komplettiert werden, zusammengefaßt. Es handelt sich dabei um in den Küchen oder in der Fleischwirtschaft hergestellte Fleischmasse und auch Wurst. Die Hackfleischmassen können aus einer Schlachtfleischart (z. B. Rind-, Schweine-, Kalbfleisch) oder gemischt aus mehreren Schlachtfleischarten (z. B. zur Hälfte Schweinehackfleisch und zur Hälfte Rinderhackfleisch) zubereitet werden. Die zunehmende Verwendung von Hackfleischmassen bei der Zubereitung kurzgebratener oder gegrillter Fleischkomponenten ermöglicht es, dem ständig steigenden Bedarf nach Kurzbrat- oder Grillgerichten besser zu entsprechen, da sogenanntes Kurzbratfleisch nur begrenzt bei der Aufteilung der Schlachtkörper anfällt.
Außerdem kann die Zusammensetzung der Fleischmassen im Sinne der gesunden Ernäh-

rung besser gesteuert werden, als das beispielsweise bei originärem Fleisch, d. h. Fleisch, wie es gewachsen ist, möglich ist.
Die *Grundzubereitungen* sind das *Kurzbraten* und in geringerem Maße das *Grillen* oder *Backen in Fett* der portionsgerecht geformten Hackfleischmasse. Wurst wird im ganzen (z. B. Bratwurst) oder zerkleinert (z. B. in Scheiben geschnitten) kurzgebraten oder gegrillt.

Alvondigas Espagnola (Spanien)

Siehe Hacksteak, spanisch.

Beefsteak, deutsch

Hackmasse zur Hälfte aus Schweinehackfleisch und zur Hälfte aus Rinderhackfleisch mit geweichtem Weißbrot, angeschwitzten, feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Salz, Pfeffer, gehacktem Kümmel und Ei herstellen, runde, flache Hackfleischklößchen (Größe und Form wie ein Rinderfiletsteak) formen, in Reibebrot wälzen, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit goldgelb gebratenen Zwiebelscheiben oder gebackenen Zwiebelringen bedecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Kartoffelcraeker, Kartoffelsalat, Mayonnaisesalat, Mischgemüse, junge Erbsen, Butterbohnen, Würfelkarotten, Rosenkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch möglich, deutsches Beefsteak mit wenig brauner Soße anzurichten.

Bitki (Sowjetunion)

Aus Rind- und Schweinehackfleisch oder aus Kalbs- und Schweinehackfleisch mit geweichtem Weißbrot, Salz, Pfeffer und Ei eine saftige Hackmasse zubereiten, längliche, flache Bratklößchen (30···50 g je Stück) formen, in feinem Reibebrot wälzen, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, Sahnesoße oder Paprikasoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Butterkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Risi-Pisi, Pommes frites, junge Erbsen, Mischgemüse, Würfelkarotten, Kremkarotten, Kremchampignons, Rotkohl, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Bitki können auch ohne Soße serviert werden.
2. Bitki können auch mit Soße überzogen werden.
3. Man rechnet zwei bis drei Bitki für eine volle Portion.

Bitoks

Siehe Bitki.

Blutwurst auf Linsengemüse

Blutwurst in dicke Scheiben schneiden, in Mehl wälzen, von beiden Seiten knusprig braten, auf dickem Linsengemüse anrichten, mit angeschwitzten, goldgelben Zwiebelwürfeln garnieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Krautsalat, gemischter Salat.

Blutwurst, gebraten

Kleine Blutwürste (etwa 100···150 g) oder dicke Scheiben von Fleischblutwurst mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, mit wenig Bratfett auf Kartoffelbrei anrichten, mit gebackenen Zwiebelscheiben bedecken.

Beilage: Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Rotkraut, Wirsingkohl, Krautsalat, gemischter Salat.



Blutwurst, in Ei gebraten

Fleischblutwurst in dicke Scheiben schneiden, mehlieren, durch zerquirltes Ei ziehen (ein wenig darin weichen lassen), von beiden Seiten goldgelb braten, trocken anrichten, mit Scheiben oder Streifen von Delikateßgurke oder mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Pommes frites, Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, rote Bete, Krautsalat, Kopfsalat.

Blutwurst mit Kraut

Kleine Blutwurst kurz in Milch legen, abtropfen, mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, trocken auf gedünstetem Weinkraut anrichten, mit wenig Bratfett überglänzen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Paprikakartoffeln, Majorankartoffeln, Würfelbratkartoffeln.

Blutwurst mit Zwiebel und Apfel

Blutwurst in dicke Scheiben schneiden, mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, auf gedünsteten Apfelscheiben anrichten, mit gebackenen Zwiebelringen bedecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Salzkartoffeln, Paprikakartoffeln, Béchamelkartoffeln, Sauerkraut, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Tomatenbohnen, Krautsalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Blut- und Leberwürstchen, gebraten

Frische Blut- und Leberwürstchen mehlieren, von beiden Siten knusprig braten, mit wenig Bratfett anrichten, mit Delikateßgurke oder mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Béchamelkartoffeln, Majorankartoffeln, Kartoffelsalat, Sauerkraut, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, rote Bete, Krautsalat, Mixed Pickles.

Brisolett (Brisolette)

Aus Rind- und Schweinehackfleisch sowie geweichtem Weißbrot oder Semmel, Pfeffer, Salz und Ei eine saftige Hackmasse herstellen, längliche, flache Hackfleischklößchen (wie ein Kotelett geformt) formen, in Reibebrot wälzen, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, Sahne-, Paprika- oder Tomatensoße extra.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Kartoffelcraeker, Risotto, Spätzle, Butternudeln, Kartoffelsalat, Mischgemüse, Würfelkarotten, junge Erbsen, Butterbohnen, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Gurkensalat, Tomatensalat.

Hinweis: Kalbsbrisolett siehe Kalbssteak, gehackt.

Bulette I

Zubereitung wie Beefsteak, deutsch, jedoch meist nicht mit gebratener Zwiebel angerichtet, beim Anrichten mit brauner Soße überzogen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Semmel (Brötchen), Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Kann auch ohne Soße gegeben werden.
2. Ursprünglich auch mit zerkleinertem, gegartem Fleisch hergestellt.

Bulette II

Aus Schweinehackfleisch mit geweichtem Weißbrot oder Semmel, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, gehacktem Kümmel, Pfeffer, Salz und Ei geschmeidige Hack-

masse herstellen, runde, flache Bratklopse formen, von beiden Seiten saftig braten.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Kartoffelsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, rote Bete, gemischter Salat, Mixed Pickles.

Cevapcici (SFR Jugoslawien)

Siehe Hackfleischröllchen, scharf gewürzt.

Cheeseburger (USA)

Siehe Käsehacksteak.

Cocktailwürstchen mit Schnittlauch auf Kartoffelbrei

Cocktailwürstchen von allen Seiten anbraten, auf Kartoffelbrei anrichten, mit gebackenen Zwiebelscheiben garnieren, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Gurkensalat, Paprikasalat, Tomatensalat, Blumenkohlsalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Deutsches Beefsteak

Siehe Beefsteak, deutsch.

Frikadelle (Frikandelle)

Hackmasse zur Hälfte aus Schweinehackfleisch und zur Hälfte aus gewolftem, gegartem Schweine- oder Rindfleisch, geweichtem Weißbrot, angeschwitzten, feingeschnittenen Zwiebelwürfeln und Ei herstellen, längliche oder runde, flache Bratklopse formen, von beiden Seiten knusprig braten.

Beilage: Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Tomatenspirelli, Béchamelkartoffeln, Nudelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, rote Bete, gemischter Salat.

Gehacktes Schweinesteak

Siehe Schweinesteak, gehackt.

Hackfleischröllchen, scharf gewürzt (Cevapcici)

Rindfleisch grob wolfen, mit Salz, Pfeffer, Paprika vermengen, anschließend fein wolfen oder kuttern, aus der Masse fingerdicke Röllchen von 8 · · · 10 cm Länge formen, knusprig grillen (innen müssen sie noch halb rosa sein), trocken anrichten, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln und mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: Weißbrot, Kartoffelsalat, Pommes frites, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Es kann noch Tomatenketchup dazu gegeben werden.

Hacksteak in Ei

Hacksteak formen, von beiden Seiten blutig braten, in Portionspfanne mit wenig heißem Fett geben, mit Rühreimasse umgießen, stocken lassen, trocken anrichten, mit Tomatenketchup oder mariniertem, rotem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Bohnensalat, Chicoréesalat, Gurkensalat, rote Bete, gemischter Salat.

Hacksteak in Eierkuchen

Hacksteak formen, von beiden Seiten saftig braten, in einem heißen, mit Tomatenwürfeln gebackenen Eierkuchen hüllen, Tomatensoße oder Rotwein extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelcraeker, junge Erbsen, gedünsteter Chicorée, Paprikagemüse, Gurkensalat, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hacksteak in Tomatensoße

Hacksteak von beiden Seiten saftig braten, in Servierkasserolle auf Pilz- oder Käsereis



oder auf Bratkartoffeln anrichten, mit Tomatensoße überziehen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Blumenkohlsalat, Bohnensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hacksteak mit Ei

Deutsches Beefsteak saftig braten, auf wenig brauner Soße anrichten, mit einem Setzei bedecken, mit Tomatenachteln und Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites; Kartoffelcracker, Kartoffelsalat, junge Erbsen, Butterbohnen, Mischgemüse, Rotkohl, Würfelkarotten, Gurkensalat, Tomatensalat, Kopfsalat.

Hacksteak mit Ei im Topf

Hacksteak von beiden Seiten saftig braten, in einer Servierkasserolle auf Zwiebelbratkartoffeln, die mit Delikateßgurkenwürfeln vermengt sind, anrichten, mit einem verlorenen Ei belegen, mit Béarner Soße überziehen.

Beilage: Gurkensalat, Blumenkohlsalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hacksteak, mit Käse überbacken

Hacksteak saftig braten, mit einer Scheibe Schnittkäse abdecken, diesen durch Oberhitze schmelzen lassen, trocken anrichten, Tomaten- oder Curryketchup oder Cumberlandsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hacksteak mit Reis in Tomate

Schweinehackfleisch mit angebratenen Zwiebelwürfeln, körnig gekochtem Reis, gehackter Petersilie, Pfeffer, Salz und Ei zu einer geschmeidigen Hackmasse verarbeiten, flache, runde Fleischklößchen formen, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, mit Tomatensoße überziehen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Salzkartoffeln, Spätzle, junge Erbsen, Würfelkarotten, Mischgemüse, Bohnengemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hacksteak, pikant

Hackmasse aus Schweinehackfleisch mit Würfeln von Delikateßgurke vermengen, mit Paprikasenf abschmecken, Hacksteak formen, in Reibebrot wälzen, von beiden Seiten saftig braten. Tomatenketchup oder Senfmayonnaise extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelcracker, Strohkartoffeln, Kartoffelsalat, junge Erbsen, Mischgemüse, Kremkarotten, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hacksteak, pikant, im Topf

Hacksteak (50···60 g) von beiden Seiten saftig braten, in einer Servierkasserolle auf Kartoffelbrei anrichten, mit einem Ragout aus Champignonscheiben, grob gehackten Mixed Pickles und Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Speckbohnen, Mischgemüse, Porreegemüse, Spinat, Rosenkohl, Salatteller.

Hinweis: Man gibt zwei Hacksteaks für eine volle Portion.

Hacksteak, spanisch (Alvondigas Espagnola)

Rinderhackfleisch mit sehr fein geschnittenem, frischem Speck (oder auch gewolft), zerquetschtem Knoblauch (oder Knoblauchpulver), aufgeschlagenen Eiern, Pfeffer und Salz und geriebener Semmel verkneten. Aus der Masse kleine Hack-

steaks formen und auf beiden Seiten in Öl anbraten. Aus dem Fett nehmen, darin Tomatenmark schmoren, mit Weißwein ablöschen, mit etwas Wasser verlängern und diesen Ansatz leicht mit Mehl binden. Die Hacksteaks in die Soße legen und darin garschmoren.

Beilage: Weißbrot, Risotto, Risi-Pisi, Spaghetti, Makkaroni, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hacksteak, überbacken, im Topf

Hacksteak von beiden Seiten saftig braten, in gefettetem, feuerfestem Geschirr anrichten, mit einer Scheibe Kochschinken und einer Scheibe Schnittkäse belegen, überbacken.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelcracker, Butternudeln, Spätzle, junge Erbsen, Würfelkarotten, Butterbohnen, Blumenkohl, Rosenkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, Kopfsalat.

Hamburger (USA)

Siehe Rindshacksteak.

Hammelfleischkroketten

Aus gewolftem, rohem Hammelfleisch, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Knoblauchsalz, Pfeffer, gehackter Petersilie, bißfest gekochtem Reis und Ei Hackmasse herstellen, walzenförmige Kroketten formen, in Reibebrot wälzen, in Fett knusprig backen, trocken anrichten, mit Petersilie garnieren. Tomatensoße extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Kartoffelbrei, Butterreis, Spätzle, Kopfsalat, Bohnensalat, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Jagdwurst, gebraten, auf Spätzle

Jagdwurstscheiben mehlieren, von beiden Seiten anbraten, auf mit magerem Speck angeschwitzten Spätzle oder Teighörnchen anrichten. Tomatensoße extra.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Blumenkohlsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Jagdwurst, gebacken

Jagdwurst in dicke Scheiben schneiden, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett knusprig backen, trocken anrichten, Rotweinsoße oder Pilzsoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Butterreis, Spätzle, Makkaroni, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Krautsalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Kalbsbrisolett

Siehe Kalbssteak, gehackt.

Kalbshacksteak mit Kartoffelpüree (Wallenbergsbiff med Potatismos)

Kalbshackfleisch mit in Milch eingeweichtem Weißbrot, Eigelb sowie weißem Pfeffer und Salz zu Hackmasse verarbeiten. Daraus runde, flache Hacksteaks formen und in Butter von beiden Seiten braten. Beim Anrichten mit der Bratbutter übergießen und mit Kartoffelpüree garnieren.

Beilage: Salatteller und Preiselbeeren.

Kalbssteak, gehackt (Kalbsbrisolett)

Hackmasse aus Kalbfleisch, in Milch geweichter Semmel oder Weißbrot, gehackter Petersilie, Ei, Pfeffer und Salz herstellen, Steaks formen, in Reibebrot wälzen, von beiden Seiten saftig braten, trocken anrichten, Champignonsoße extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Butterreis, Schinkenreis, Risi-Pisi, junge Erbsen, Butterbohnen, Würfelkarotten, Blumenkohl, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.



Käsehacksteak (Cheeseburger)

Aus Rinderhackfleisch mit feinwürfligen Zwiebeln, Pfeffer, Salz, wenig weißer geriebener Semmel und wenig Wasser Hackmasse zubereiten. Daraus runde Beefsteaks formen, von beiden Seiten braten, mit Tomatenketchup bestreichen, mit Schnittkäsescheiben belegen und im Grill oder in der Bratröhre garen, bis der Käse zerläuft.

Beilage: Weißbrot, Pommes chips, Pommes frites, Salatteller.

Kebaptscheta (VR Bulgarien)

Zubereitung wie Cevapcici, jedoch mit Knoblauch abgeschmeckt.

Lammfleischklößchen in Paprika

Hackmasse aus Lammfleisch mit eingeweichter Semmel oder Weißbrot, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Salz, Pfeffer, und Muskat herstellen. Flache Bratklößchen formen, von beiden Seiten saftig braten, auf mit mageren Speckwürfeln gedünsteten Gemüsepaprikastreifen anrichten, mit Sahnesoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Butternudeln, Butterreis, junge Erbsen, Mischgemüse, Würfelkarotten, Butterbohnen, Grünspargel, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Lammfleischsteak, gehackt

Aus Lammfleischhackmasse (siehe Lammfleischklößchen) Steak formen, saftig grillen, trocken anrichten, mit gebackener Petersilie garnieren. Rotweinsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, überbackener Blumenkohl, Butterbohnen, Rosenkohl, Champignons, Bohnensalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Kopfsalat.

Leberkäse, in Bierteig gebacken

Leberkäse in dicke Scheiben schneiden, durch Bierteig ziehen, in Fett goldgelb backen, mit Tomatenachteln oder rotem, mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: Kartoffelsalat, Nudelsalat, Bratkartoffeln, Pommes frites, Butternudeln, Spätzle, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es kann Tomaten-, Rotwein- oder Pilzsoße extra gegeben werden.

Leber- und Blutwurst, gebraten

Siehe Blut- und Leberwürstchen, gebraten.

Ljulja-Kebab (Sowjetunion)

Hammelhackfleisch (mit Talg zerkleinert) mit pürierten, rohen Zwiebeln, Pfeffer, Salz und Zitronensaft vermengen, 2 bis 3 Stunden durchziehen lassen. Danach aus der Masse Röllchen formen, auf einen Spieß stecken und grillen.

Beilage: Risotto, Pommes frites, verschiedene Frischkostsalate.

Hinweis: Man rechnet zwei Röllchen je Portion. Beim Anrichten wird mit Zwiebellauch, rohen Zwiebelscheiben und Zitrone garniert.

Mititei (SR Rumänien)

Aus möglichst schlachtfrischem Rindfleisch mit Salz Hackfleisch herstellen, mit feingemahlenem Piment, Pfeffer und Thymian abschmecken. Wenig heiße Brühe mit zerquetschtem Knoblauch unter die Masse arbeiten. Daraus etwa 10 cm lange Würstchen formen und auf dem Rost garen.

Beilage: Weißbrot, Pommes frites, feingeschnittene Zwiebel, Gemüsepaprikastreifen.

Rindshacksteak (Hamburger)

Rinderhackfleisch würzen, mit wenig Kondensmilch verkneten, runde oder ovale Hacksteaks formen, von beiden Seiten salzen und pfeffern, braun braten.

Beilage: Weißbrot oder Brötchen, Kartoffelchips, Kartoffelcraeker, Pommes frites, Salatteller.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die Hamburger auf Zwiebelwürfeln zu schmoren.

Rindsteak, gehackt

Rinderhackfleisch mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln, geweichtem Weißbrot, Pfeffer und Salz zu einer Hackmasse mit zerquirltem Ei verarbeiten, Steaks formen, saftig grillen, trocken anrichten, Tomatenketchup, Curryketchup oder Cumberlandsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelchips, Nußkartoffeln, Kartoffelkroketten, Bratkartoffeln, Blumenkohl, Pilze, Rosenkohl, Butterbohnen, Würfelkarotten, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Rostbratwurst

Bratwurst auf dem Rost grillen, trocken anrichten, mit Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Specksalat, Kartoffelbrei, Weißbrot, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schweinesteak, gehackt, mit Pfeffersoße

Aus Schweinefleisch, feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, geweichtem Weißbrot, Pfeffer, Salz und Ei Hackmasse herstellen, Hacksteaks formen, saftig braten, den Bratensatz mit brauner Soße abkochen, mit gehackten Peperoni vermengen, über das angerichtete Hacksteak geben.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Butterreis, Spätzle, Salzkartoffeln, Würfelkarotten, Mischgemüse, Rotkohl, Weinkraut, Gurkensalat, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Tatarbeefsteak, gebraten

Rinderschabefleisch (Tatar) mit Eigelb, Pfeffer und Salz vermengen, flachen Bratklops formen, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, mit Delikateßgurke garnieren, Tomatenketchup, Tomatenmeerrettichsoße oder Curryketchup extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Strohkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Wallenbergsbiff med Potatismos (Schweden)

Siehe Kalbshacksteak mit Kartoffelpüree.

Würstchen, gegrillt, mit Speck

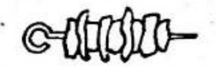
Wiener Würstchen mit Streifen oder Scheiben von magerem Speck umwickeln, knusprig grillen. Trocken anrichten, mit Tomatenachteln und Petersilie garnieren, Tomatenketchup oder Curryketchup extra.

Beilage: Kartoffelsalat, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Kartoffelcraeker, Spinat, junge Erbsen, Würfelkarotten, Butterbohnen, Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Salatteller.

Würstchen in Ei

Würstchen längs halbieren, mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, zerquirltes Ei (wie für Rührei) darüber geben, stocken lassen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelsalat, Kartoffelbrei, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Blumenkohl-



salat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Würstchen mit Letscho

Würstchen langsam knusprig braten, mit wenig Bratfett auf heißem Letscho anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante ist, die Würstchen zu grillen und Letscho extra zu geben.

8.7. Kurzgebratene Gerichte aus Innereien

Kurzgebratene Gerichte aus Innereien weisen eine Schlachtfleischkomponente auf, die aus den Innereien von *Schwein, Rind, Kalb, Hammel* oder *Lamm* zubereitet wird. Es werden vor allem *Niere, Leber, Zunge* und *Hirn* kurzgebraten oder gegrillt. Eine Spezialität davon ist das *Kalbsbries* (Kalbsmilcher, Bröschen, die Thymusdrüse der jungen, noch nicht geschlechtsreifen Kälber).
Innereien werden zu Fleischkomponenten einzeln oder auch mit anderen Schlachtfleischstücken kombiniert verarbeitet. Beliebt ist auch die Zubereitung am Spieß (Leberspießchen, Niere am Spieß).

Anticuchos (Südamerika)

Siehe Herz am Spieß.

Deviled Kidneys (Großbritannien)

Siehe Nierchen, pikant gegrillt.

Gebratene Niere in Champignonsoße

Siehe Kalbsniere mit Steinpilzen, jedoch Champignons verwenden.

Hammelnierchen, gebraten

Hammelniere halbieren, säubern, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten saftig braten, mit gebratenen Tomatenscheiben und einer Scheibe gebratenem oder gegrilltem, magerem Speck garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Kartoffelchips, Kartoffelsalat, Würfelkarotten, Butterbohnen, Zwiebelgemüse, gedünsteter Porree, Weinkraut, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hammelnierchen, gegrillt

Hammelniere halbieren, salzen, pfeffern, mit Öl bepinseln, grillen, trocken anrichten, mit geschmorten Champignons und gebackenen Zwiebelringen anrichten, mit gegrillter Tomate garnieren, Rotweinsoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, junge Erbsen, Würfelkarotten, Butterbohnen, Weinkraut, Chicoréesalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hammelzunge, gebacken

Hammelzunge in Salzwasser mit Suppengemüse garen, abziehen, in dicke Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten, mit Petersilie garnieren, mit Knoblauch abgeschmeckte Tomatensoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Risi-Pisi, Champignonreis, Spätzle, Mischgemüse,

Rosenkohl, Würfelkarotten, junge Erbsen, Butterbohnen, Salatteller.

Herz am Spieß (Anticuchos)

Rinderherz putzen, waschen und in mittelgroße Würfel schneiden. Etwa 24 Stunden in eine Marinade aus Weinessig, zerquetschtem Knoblauch, Kümmelpulver, kleinen scharfen Gemüsepaprikas, Pfeffer und Salz einlegen. Dann die Würfel auf Spieße stecken, mit der Marinade beträufeln und auf dem Holzkohlengrill garen.

Beilage: Weißbrot, gedünsteter Reis, Salatteller.

Hirn, gebacken

Gewässertes Hirn abziehen, in gesäuertem Salzwasser blanchieren, erkaltet in Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten, mit gebackener Petersilie und Zitronenspalten garnieren, Choronsoße oder kalte Senfsoße extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbrei, Nußkartoffeln, Würfelkartoffeln, junge Erbsen, Würfelkarotten, Champignons, Rosenkohl, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hirn, gebraten

Blanchiertes Hirn erkaltet in Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, mehlieren, goldgelb braten, trocken anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen, Tomatenketchup mit Meerrettich verrührt oder Rotweinsoße oder Champignonsoße extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Butterreis, Risi-Pisi, Schinkenreis, Blumenkohl, Spargel, junge Erbsen, Butterbohnen, Würfelkarotten, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hirn, gebraten, mit Ei

Zubereitung wie Hirn, gebraten, jedoch mit zerrührtem Ei (wie für Rührei), das mit feingeschnittenem Schnittlauch vermengt ist, vollenden.

Beilage: wie Hirn, gebraten.

Kalbsbries

Siehe Kalbsmilcher.

Kalbsleber, gebraten, mit Speck und Tomate

Kalbsleber in Scheiben schneiden, salzen, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, Bratfett abschütten, in Butter nachbraten, mit der Bratbutter, einer angebratenen Kochschinkenscheibe und gegrillter Tomate anrichten.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Würfelkartoffeln, Nußkartoffeln, Kopfsalat, Salatteller.

Kalbsmilcher mit Champignons

Gehäutetes und blanchiertes Kalbsmilcher erkaltet in Scheiben schneiden, salzen, mehlieren, von beiden Seiten goldgelb braten, mit der Bratbutter und gedünsteten Champignons anrichten, mit marinierten Gemüsepaprikastreifen garnieren.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Butterreis, Risi-Pisi, Salatteller.

Kalbsmilcher mit Ei

Gehäutetes, blanchiertes Kalbsmilcher erkaltet in Scheiben schneiden, salzen, mehlieren, von beiden Seiten goldgelb braten, trocken anrichten, mit verlorenem Ei belegen, mit angeschwitzten Tomatenwürfeln garnieren.



Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Nußkartoffeln, Mandelkroketten, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Butterreis, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, das verlorene Ei mit Choronsoße zu überziehen.

Kalbsniere mit Steinpilzen

Kalbsniere in Scheiben schneiden, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, mit gedünsteten Steinpilzen anrichten, mit Marksoße überziehen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Schinkenreis, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, anstelle der gedünsteten Steinpilze marinierte Steinpilze zu geben.

Lammnieren

Zubereitung wie Hammelnieren (siehe dort).

Leber mit Zwiebel, gebraten (Grundzubereitung)

Leber in Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten rosa braten, trocken anrichten, mit gebratenen oder in Fett gebackenen Zwiebelscheiben belegen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelsalat, Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, junge Erbsen, Rotkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Salatteller.

Leber mit Zwiebelsoße

Zubereitung wie Leber mit Zwiebel, jedoch anstelle der gebratenen Zwiebelscheiben braune Zwiebelsoße geben.

Beilage: wie Leber mit Zwiebel, gebraten.

Leberschaschlyk (Sowjetunion)

Leber in lange Streifen und diese wiederum in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden, die Leberscheiben abwechselnd mit Scheiben von magerem Speck und Zwiebel auf ein Spießchen stecken, salzen, pfeffern, saftig braten oder grillen.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelchips, rote Bete, Gurkensalat, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Leberstreifen, pikante

Leber in Streifen schneiden, mehlieren, mit Zwiebelwürfeln anbraten, in brauner Grundsoße schwenken, mit saurer Sahne, edelsüßem Paprika, kleinwürfliger Delikateßgurke und Salz vollenden, durchziehen lassen ohne aufzukochen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Pommes frites, Butterreis, Spätzle, rote Bete, marinierte Champignons, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Nierchen, pikant, gegrillt (Deviled Kidneys)

Nierchen längs halbieren, säubern, in eine Marinade aus gehacktem Senfgemüse, Mango- oder Apfelchutney, Pepper-Sauce, Zitronensaft und Öl einlegen, abtropfen, in einem gefetteten, feuerfesten Geschirr grillen (dabei wenden), kalte, sehr scharfe Senfsoße extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelchips, Strohkartoffeln, Toast, Salatteller.

Rinderzunge, gebacken

Siehe Zunge, gebacken.

Schnitzel, Berliner

Kuheuter säubern, in Salzwasser mit Suppengemüse weichkochen, in Scheiben schneiden, salzen und pfeffern, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett knusprig backen, trocken anrichten, mit Petersilie garnieren, Tataren- oder Remouladensoße extra.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelsalat, Bratkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelcraeker, Gurkensalat, Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Berliner Schnitzel kann auch in der Pfanne kurzgebraten werden.

Zunge, gebacken (Grundzubereitung)

Rinderzunge in Salzwasser mit Suppengemüse garen, abziehen, in Scheiben schneiden, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett goldgelb backen, trocken anrichten, mit Petersilie und Zitronenspalten garnieren, Remouladensoße oder Tomatenmayonnaise extra.

Beilage: Bratkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelsalat, Petersiliekartoffeln, Tomatenspaghetti, junge Erbsen, Blumenkohl, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, die Zunge nach dem Backen noch in wenig Butter nachzubraten und mit der Bratbutter anzurichten. Dann entfallen die Soßen.



9. Fertige Fleischgerichte

9.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe fertige Fleischgerichte

Fertige Fleischgerichte (Braten, Schmorgerichte) sind solche, die aus einer Schlachtfleischkomponente, die vorrätig zubereitet wird, und entsprechenden Gemüse-, Salat- und Sättigungsbeilagen bestehen. Sie unterscheiden sich vom Wesen her von den kurzgebratenen Fleischgerichten dadurch, daß Garverfahren angewendet werden, die eine längere Garzeit des Schlachtfleisches berücksichtigen. Daraus ergibt sich, daß diese Fleischkomponenten nicht wie kurzgebratene Komponenten unmittelbar auf Bestellung des Gastes zubereitet werden können, sondern längere Zubereitungszeiten erforderlich sind. Es werden Fleischteile dazu verwendet, die in den meisten Fällen eine längere Garzeit benötigen, als die für kurzgebratene Fleischkomponenten.
Typisch ist für fertige Fleischkomponenten, daß das Fleisch meist in größeren Garguteinheiten (z. B. Bratenstücke von etwa 2 kg) zubereitet und erst nach dem Garen portioniert wird. Eine Ausnahme stellen die sog. kleinen Schmorgerichte (Gulasch, Ragouts) und einige Hackfleischzubereitungen (z. B. Kochklopse) dar. Für fertige Fleischgerichte werden alle Schlachtfleischarten, also Rind-, Schweine-, Kalb-, Hammel- und Kaninchenfleisch genutzt. Die *Garverfahren* sind *Langzeitbraten* (Langbraten), *Schmoren, Dünsten, Garziehen, Kochen.* Es werden neben den Muskelfleischteilen auch Innereien und Hackfleisch zur Herstellung fertiger Fleischgerichte verwendet.
Nach den eingesetzten Fleischteilen und -stücken sowie den benutzten Zubereitungsverfahren wird bei fertigen Fleischgerichten unterschieden zwischen:[1]

Braten (große Braten)	größere Garguteinheiten aus der Keule oder dem Rücken (auch mit Knochen) oder der Schulter, die durch Langzeitbraten gegart werden. Roll- oder Wickelbraten als größere Garguteinheiten knochenfreien Fleisches, die durch Rollen und Binden relativ flacher Fleischstücke (z. B. Kalbsbrust) gewonnen werden,

[1] Eine detaillierte Erläuterung erfolgt am Anfang der anschließenden Abschnitte 9.2., 9.3., 9.4., 9.5., 9.6., 9.7., 9.8.

Schmorbraten	größere Garguteinheiten (2···3 kg) mit oder ohne Knochen, die durch Schmoren gegart werden,
kleine Schmorgerichte	in walnußgroße oder noch kleiner geschnittene, mitunter auch in Streifen geschnittene oder gerollte (z. B. Rouladen) Fleischstücke mit oder ohne Knochen (meist ohne Knochen), die durch Schmoren gegart werden (z. B. Gulasch, Ragout),
Kochfleischgerichte	größere Garguteinheiten (2···3 kg) mit oder ohne Knochen, die durch Kochen in Brühe, Salzwasser oder einer anderen Flüssigkeit (Fond) gegart werden (z. B. gekochte Rinderbrust),
Gerichte aus Innereien	aus Innereien (z. B. Herz, Lunge, Leber) meist ragoutartig zubereitete Gerichte,
Gerichte aus Hackfleisch (Hackfleischgerichte)	aus Rind-, Schweine-, Kalb- oder Hammelfleisch oder aus Mischung mehrerer Hackfleischarten (z. B. Rind- und Schweinehackfleisch) durch Schmoren (z. B. Hackbraten) oder Garziehen (z. B. Klopse) zubereitete Gerichte.

Bei Fleischkomponenten, die durch Langzeitbraten zubereitet werden, wird das Fleisch halbrosa (z. B. Kalbsbraten) oder durchgebraten zubereitet. Bei geschmorten Fleischkomponenten ist das Fleisch stets durchgebraten. Es wird mit einer Soße gereicht, die aus dem Brat- oder Schmorfond zubereitet wird.

Der *Nähr- und Sättigungswert* fertiger Fleischgerichte kann sehr unterschiedlich sein. Ausschlaggebend dafür sind die verwendete Fleischart und das Fleischteil, die Zubereitungsart und die Kombination mit Gemüse- oder Salatbeilage und Sättigungsbeilage. Viele der fertigen Fleischgerichte eignen sich auch für Schonkost (siehe auch 10. Schonkostgerichte und sonstige Gerichte). Es können deshalb durch fertige Fleischgerichte bei geschickter Zusammenstellung und entsprechender Zubereitung die unterschiedlichsten Ernährungsanforderungen befriedigt werden. Ihr Angebot ist darum auf den Speisenkarten und Speisenplänen entsprechend zu differenzieren, um unterschiedlichen Kostgruppen und Kostformen gerecht zu werden.

Beispiele für Differenzierung fertiger Fleischgerichte, gemessen am *Energiegehalt*[1]:

Weißkohlroulade mit Salzkartoffeln	2 885 kJ (690 kcal)
Lungenhaschee mit Setzei und Salzkartoffeln, Gemüsepaprikasalat	2 090 kJ (500 kcal)
Geschmorte Schweinsrippchen mit Salzkartoffeln, Sauerkraut	2 425 kJ (580 kcal)
Kaninchenrücken mit Salzkartoffeln, Sauerkraut	2 970 kJ (710 kcal)

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



Schweinsroulade mit Salzkartoffeln, Mischgemüse	3 390 kJ (810 kcal)
Pikante Nierchen mit Kartoffelbrei, Krautsalat	3 330 kJ (820 kcal)
Hammelkümmelfleisch mit Petersiliekartoffeln, grüne Bohnen	3 555 kJ (850 kcal)
Schweinsgulasch mit Salzkartoffeln, Möhrengemüse	3 555 kJ (850 kcal)
Sauerbraten mit rohen Klößen und Rotkohl	4 310 kJ (1 030 kcal)
Rindersaftgulasch mit Makkaroni und Kopfsalat	4 440 kJ (1 060 kcal)

Im folgenden Text werden die Rezeptbeispiele für die fertigen Fleischgerichte gegliedert nach:

fertige Fleischgerichte aus Schweinefleisch,
fertige Fleischgerichte aus Rindfleisch,
fertige Fleischgerichte aus Kalbfleisch,
fertige Fleischgerichte aus Hammelfleisch,
fertige Fleischgerichte aus Kaninchenfleisch,
fertige Fleischgerichte aus Hackfleisch,
fertige Fleischgerichte aus Innereien.

Fleischkomponenten von fertigen Fleischgerichten werden auch für kalte Fleischgerichte (z. B. kalter Schweinebraten, kalter Kalbsbraten) verwendet (siehe 16. Kalte Speisen auf Fleischbasis).

9.2. Fertige Gerichte aus Schweinefleisch

Bei der Herstellung von Fleischkomponenten aus Schweinefleisch ist bei der *Zubereitung* zwischen dem Fleisch der Jungtiere (Ferkel), jungen Tieren und älteren Tieren zu unterscheiden. *Jungtiere* werden nur in Ausnahmefällen und dann meist im ganzen zubereitet (Spanferkel); das Fleisch der *jungen Tiere* wird, zerlegt in große Garguteinheiten, meist durch *Langbraten* (Langzeitbraten) gegart. Typische Zubereitungen sind gebratene Jungschweinskeule oder Jungschweinsrücken. Das Fleisch *älterer Tiere* wird sehr vielfältig zubereitet; es wird als großer Braten durch *Langbraten* oder *Schmoren* gegart, *ragoutartig* verarbeitet (Schweinsgulasch, Schweinspfeffer) und auch *gekocht* (Schweinebauch, Eisbein). Eine Spezialität stellen Kasseler Kamm und Kasseler Rücken (Rippenspeer) dar, die durch Pökeln und Räuchern aus Schweinskamm und dem Kotelettstück hergestellt werden.
Nach den verwendeten Fleischteilen und Zubereitungsarten ist bei den *Komponenten* für fertige Fleischgerichte aus Schweinefleisch zu unterscheiden in:

Braten (großer Braten)	Mehrportionsstücke mit oder ohne Knochen aus der Keule, dem Rücken (Kamm, Karree) oder der Schulter, die durch Langbraten oder bei Verwendung von Fleisch älterer Tiere auch durch Schmoren zubereitet werden. Die Soße wird aus dem Bratensatz oder Schmorfond gezogen.

Kochfleisch	Mehrportionsstücke mit oder ohne Knochen (Bauch, Schulter, Kopf) oder Portionsstücke (Dickbein, Kniebein), die durch Kochen in Wasser oder in Brühe gegart werden. Als Soße dient die Kochbrühe, bzw. eine Soße wird aus der Kochbrühe hergestellt,
Schmorkomponenten (Schmorfleisch)	Portionsstücke mit oder ohne Knochen (Rippchen, Rouladen) oder noch kleinere Stücke (Gulasch), die durch Schmoren gegart und eine aus dem Schmorfond gezogene Soße haben.

Als *Innereien* werden zu fertigen Fleischgerichten verwendet *Zunge, Herz, Leber, Nieren* (siehe 9. 8. Fertige Gerichte aus Innereien).

Bakonyi Sertés Borda (Ungarische VR)

Siehe Champignonkotelett, geschmort.

Barbecued Spareribs (USA)

Siehe Gegrillte Rippchen.

Bierfleisch

Siehe Kümmelfleisch.

Bierkotelett (Kotelett in Bier)

Schweinskotelett klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten anbraten, helles Bier angießen, schmoren, Kotelett herausnehmen und warmstellen, in dem Ansatz gedünstetes Sauerkraut und Gemüsepaprikastreifen anschwenken und über das Kotelett geben.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Risotto, Paprikareis, Tomatenreis, Spätzle, Butternudeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Champignonkotelett, geschmort (Bakonyi Sertés Borda)

Schweinskotelett klopfen, salzen, paprizieren, mehlieren, von beiden Seiten anbraten, auf angeschwitzte Zwiebelwürfel Streifen von Gemüsepaprika und Champignons geben, mit wenig Wasser, Tomatenmark, Sahne, edelsüßem Paprika ergänzen und garschmoren.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Salzkartoffeln, Risotto, Teighörnchen, Salatteller.

Cordo Asado a la Riojana (Spanien)

Siehe Schweinebraten, spanisch.

Eisbein (Grundzubereitung)

Gepökeltes Dickbein gut waschen, in Wasser mit Suppengemüse, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern garen, anrichten, mit wenig Kochbrühe übergießen.

Beilage: Salzkartoffeln, Erbsbrei, Sauerkraut, Weinkraut.

Hinweis: Es ist üblich, als Sättigungsbeilage sowohl Salzkartoffeln wie Erbsbrei zu geben.

Gebackene Spitzbeine (Manitas de Cerdo Rebogadas)

Spitzbeine fast weich kochen, etwas abkühlen lassen und vorsichtig entbeinen. Erkalten lassen, salzen und pfeffern, mehlieren, durch zerquirltes Ei ziehen, in



geriebener Semmel panieren und die Panade gut anklopfen.

Beilage: Risi-Pisi, Risotto, Safranreis, Tomatenreis, Weißbrot, gemischter Salat, Kopfsalat.

Hinweis: Es ist auch üblich, mit Knoblauch abgeschmeckte Tomatensoße dazu zu geben.

Gegrillte Rippchen (Barbecued Spareribs)

Schweineschälrippchen mit Zucker einreiben und auf dem Grillrost karamelisieren lassen. Danach die Rippchen in einem Schmorgefäß mit Tomatenmark, Worcestershiresauce und Tabascosoße schmoren und mit Selleriesalz und Essig würzen.

Beilage: Pommes frites, Pommes chips, Bratkartoffeln, Krautsalat, gemischter Salat.

Geschmorte Rippchen

Siehe Schweinsrippchen, geschmort.

Geschmortes Champignonkotelett

Siehe Champignonkotelett, geschmort.

Golonka (VR Polen)

Siehe Schweinshachse mit Gemüsen.

Jungschweinskeule, gebraten

Siehe Schwärtelbraten.

Jungschweinsrücken, gebraten

Jungschweinsrücken mit Knochen blanchieren, Schwarte in Quadrate (etwa 2 cm · 2 cm) einschneiden, salzen, pfeffern, von allen Seiten anbraten, bei häufigem Begießen mit dem Bratfett langsam saftig braten, zuletzt Bratgemüse mitbraten, Rücken herausnehmen, Bratensatz mit braunem Fond abkochen, leicht mit Mehl binden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Tomatenreis, Spätzle, Butternudeln, Rotkohl, Möhrengemüse, junge Erbsen, Mischgemüse, Wirsingkohl, Krautsalat, gemischter Salat.

Käseroulade (Schweinsroulade mit Käse)

Schweinskammscheiben oder Schnitzel klopfen, salzen pfeffern, mit Paprikasenf bestreichen, mit dünner Schnittkäsescheibe und Scheibe von magerem Speck belegen, wickeln, zusammenstecken oder binden. In gefettetes Bratgefäß einsetzen, anbraten, mit braunem Fond angießen, garschmoren, Rouladen ausstechen, Fond bis zur gewünschten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Risotto, Champignonreis, Spätzle, Butternudeln, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Mischgemüse, Buttererbsen, Blumenkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kammbraten

Siehe Schweinskamm, geschmort.

Kasseler Kamm, gebraten

Kasseler Kamm auslösen, von allen Seiten anbraten, Bratgemüse zugeben, mitbraten, unter häufigem Begießen garen. Bratensatz mit braunem Fond oder Brühe angießen, mit Mehl leicht binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Speckklöße, Butternudeln, Sauerkraut, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Spinat, grüne Bohnen, Gurkensalat, Kopfsalat, Sauerkrautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, den Kamm vor dem Braten leicht anzukochen. Dadurch wird der Salzgehalt des Fleisches gemildert.

Kasseler Kamm, geschnetzelt

Kasseler Kamm kochen, das gegarte Fleisch in Streifen schneiden, mit aus der Kochbrühe hergestellter Meerrettichsoße durchschwenken, mit saurer Sahne oder Joghurt vollenden.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Brühkartoffeln, Paprikakartoffeln,
Sauerkraut, Mischgemüse, Wirsingkohl, gemischter Salat.

Kasseler mit Spargel

Kasseler Rücken mit Wurzelgemüse und Lorbeerblatt kochen, in Scheiben schneiden, mit Rotweinsoße überziehen, mit Brechspargel umlegen, mit grobgehacktem, hartgekochtem Ei und gehackter Petersilie den Spargel bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Butterreis, Butternudeln, Spätzle, Kopfsalat, gemischter Salat.

Krenfleisch

Siehe Meerrettichfleisch.

Kümmelfleisch (Bierfleisch)

Schweinsgulaschfleisch grob würfeln, mit Würfelzwiebeln anschwitzen, Salz und gehackten Kümmel zugeben, mit Brühe angießen, garschmoren, helles Bier und geriebenes Schwarzbrot zugeben, durchkochen, bis sämige Soße entsteht, mit saurer Sahne vollenden.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Risotto, Risi-Pisi, Spätzle, Butternudeln, Mehlnocken,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Rosenkohl, Wirsingkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Manitas de Cerdo Rehogadas (Spanien)

Siehe Gebackene Spitzbeine.

Matschanka (Sowjetunion)

Siehe Schweinsrippchen mit Knoblauchwurst.

Meerrettichfleisch I

Gulaschgroße Würfel von Schweinebauch oder Schweineschulter mit Zwiebelscheiben, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern in leicht gesäuertem Salzwasser kochen, Fleisch aus der Brühe nehmen, diese leicht mit Kartoffelmehl oder Maizena binden. Fleisch anrichten, mit der leichtgebundenen Brühe soßieren, mit geriebenem Meerrettich bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Béchamelkartoffeln, Brühkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße,
Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Grünkohl, Krautsalat, Sauerkrautsalat, rote Bete.

Meerrettichfleisch II

Gekochte Schweineschnauze, gekochten Schweinebauch oder Schweinskopf sowie gekochte Schweineschulter würfeln oder in Streifen schneiden, mit einer kräftig abgeschmeckten Meerrettichsoße ragoutartig binden, durchziehen lassen ohne aufzukochen, mit Joghurt oder saurer Sahne vollenden.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Speckklöße, Salzkartoffeln, Brühkartoffeln,
Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Gemüse von roten Rüben, Porreegemüse, Krautsalat, Sauerkrautsalat, rote Bete.

Meerrettichfleisch III

Schweinebauch ohne Knochen mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser



garen, in Scheiben schneiden, mit in wenig Kochbrühe angerührtem, geriebenem Meerrettich, der mit wenig Apfelmus verrührt ist, überziehen, mit gedünsteten Möhren- und Selleriescheiben sowie Porreestreifen garnieren.

Beilage: Béchamelkartoffeln, Brühkartoffeln, Tomatenkartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbällchen,
Kremkarotten, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Porreegemüse, Krautsalat, rote Bete.

Mischgulasch

Schweine- und Rindfleischwürfel salzen und paprizieren, rasch anbraten, mit Zwiebelscheiben schmoren, Karotten-, Sellerie- und Lauchstreifen sowie Brühe zugeben und mit Tomatenachteln oder Tomatenmark garen, mit Mehl leicht binden, mit Zitronensaft, Salz und edelsüßem Paprika abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Macairekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Risotto, Spätzle, Butternudeln, Makkaroni, Mischgemüse, junge Erbsen, Bayrisch-Kraut, Rotkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es können noch gedünstete Champignons unter den Gulasch gemengt werden.

Paprikakotelett, geschmort

Kotelett ohne Knochen klopfen, salzen und paprizieren, mehlieren. Kotelett von beiden Seiten knusprig anbraten, mit Zwiebelwürfeln und Gemüsepaprikastreifen schmoren, mit Paprikasoße angießen, garschmoren, mit Joghurt oder saurer Sahne vollenden.

Beilage: Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Butterreis, Risotto, Spätzle, Butternudeln,
junge Erbsen, Butterbohnen, Wirsingkohl, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Paprikakotelett mit Gemüsen

Kotelett ohne Knochen klopfen, salzen und paprizieren, mehlieren, von beiden Seiten anbraten, auf einen Ansatz von Möhrenscheiben, Selleriescheiben, Petersiliewurzelscheiben, Porreescheiben geben, mit Buttermilch angießen, garschmoren. Zuletzt mit in Joghurt oder saurer Sahne angerührtem und reichlich mit edelsüßem Paprika vermengtem Mehl binden, mit Salz und Zitronensaft nachschmecken. Paprikakotelett auf dem Gemüse anrichten und mit der Soße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Mehlklöße, Semmelklöße, Kartoffelklöße, Risotto, Spätzle, Butternudeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Pfefferfleisch

Siehe Schweinspfeffer.

Pfefferrippchen

Schweinsrippchen in Stücke schneiden (man rechnet zwei bis drei Stücke für eine volle Portion), in Salzwasser mit Pfefferkörnern, Lorbeerblatt und Suppengemüse garen. Aus der Kochbrühe und Mehlschwitze mit Zwiebel helle Soße herstellen, kräftig mit Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die Rippchen auf Zwiebelbratkartoffeln anrichten, mit der Pfeffersoße überziehen, mit Scheiben von Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Krautsalat, Sauerkrautsalat, Kopfsalat, rote Bete, Selleriesalat, gemischter Salat.

Piedi de maiale in salsa piccante (Italien)

Siehe Spitzbeine in pikanter Soße.

Pieds de porc au madère

Siehe Schweinsfüße in Madeirasoße.

Pökelfleisch in pikanter Soße

Siehe Schweinepökelfleisch in pikanter Soße.

Pökelrippchen (Grundzubereitung)

Pökelrippchen in Stücke schneiden (man rechnet zwei bis drei Stück für eine volle Portion), gut waschen, in Wasser mit Zwiebel und Lorbeerblatt garen (nicht salzen), trocken anrichten, mit etwas Kochbrühe soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Brühkartoffeln, Paprikakartoffeln, Kartoffelklöße, Graubrot,
Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Mixed Pickles, Delikateßgurke, rote Bete.

Pökelrippchen mit Meerrettichsoße

Pökelrippchen in Stücke schneiden, gut waschen, in Wasser mit Zwiebel, Möhre und Lorbeerblatt garen, aus der Kochbrühe und heller Mehlschwitze und wenig Milch Meerrettichsoße herstellen, Rippchen anrichten, mit der Meerrettichsoße übergießen.

Beilage: Kartoffelklöße, Brühkartoffeln, Béchamelkartoffeln, Salzkartoffeln, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Möhrengemüse, Delikateßgurke, Krautsalat, gemischter Salat.

Räucherschweinebauch, gekocht

Geräucherter Schweinebauch mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Wasser garen, aus der Brühe und heller Mehlschwitze mit Zwiebel Soße herstellen, reichlich mit gehackter Petersilie vermengen, den in Scheiben geschnittenen Schweinebauch anrichten, mit der Soße übergießen, mit Mixed Pickles garnieren.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Brühkartoffeln, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei mit brauner Zwiebel, Rotkohl, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Grünkohl, Porreegemüse, Krautsalat, gemischter Salat.

Rippchen, geschmort

Siehe Schweinsrippchen, geschmort.

Rippespeer, gebraten (Rippenspeer)

Kasseler Rücken mit Knochen zubereiten wie Kasseler Kamm (siehe dort).

Sahnekamm

Siehe Schweinskamm in Sahnesoße.

Sahneragout

Siehe Schweinsragout in Sahne.

Salzknochen

Siehe Schweinekleinfleisch, gekocht.

Sauerbraten vom Schwein

Siehe Schweinesauerbraten.

Schinken mit Gemüse

Gekochten Schinken in dicke Scheiben schneiden, mit wenig Brühe oder in feuchter Heißluft (Luftkochschrank) erhitzen, trocken anrichten, mit gedünsteten Möhren, jungen Erbsen und Blumenkohlröschen umlegen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Pommes frites, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Spätzle, Tomatenreis.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante ist das Belegen des Schinkens mit einem Streifen Rührei.

Schinken mit Sauerkraut (ČSSR)

Rohen Schinken kochen, in der Kochbrühe mit Weißwein Sauerkraut dünsten, ge-



kochten Schinken in Scheiben schneiden, in wenig Brühe erhitzen, anrichten, mit Brühe soßieren, mit dem Sauerkraut umlegen.

Beilage: Mehlknödel, Semmelknödel, Schinkenknödel, Kartoffelbällchen, Salzkartoffeln.

Schinken mit Tomate und Champignons

Dicke Scheiben von Kochschinken in wenig Brühe dünsten, anrichten, mit angeschwitzten Tomatenwürfeln und gedünsteten Champignons bedecken, mit Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbällchen, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Nußkartoffeln, Butterreis, Risi-Pisi, Spätzle,
Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schwärtelbraten

Entbeinte Jungschweinskeule in der Schwarte quadratisch einschneiden (etwa 2 cm · 2 cm), mit Salz einreiben, unter häufigem Begießen mit Bratensaft saftig braten, Schwarte dabei hin und wieder mit wenig dunklem Bier bepinseln, zuletzt Bratgemüse zugeben und mitbraten, Braten herausnehmen, Bratensatz mit braunem Fond angießen, mit Mehl leicht binden.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Schinkenklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelsalat,
Sauerkraut, Weinkraut, Bayrisch-Kraut, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinebauch, gebraten

Schweinebauch ohne Knochen mit Salz und Pfeffer einreiben, mit wenig Wasser ansetzen und in der Pfanne im austretenden eigenen Fett braten, häufig begießen mit dem Bratfett, zuletzt Zwiebel und anderes Bratgemüse zugeben und mitbraten. Bratensatz entfetten, mit Mehl anstäuben, mit Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, durchkochen, passieren.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelsalat,
Sauerkraut, Weinkraut, Bayrisch-Kraut, Rotkohl, Mischgemüse, Krautsalat, Mixed Pickles, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die Soße als Paprikasahnesoße zu vollenden.

Schweinebauch, gefüllt I

In entbeinten Schweinebauch vorsichtig eine Tasche schneiden, in die Tasche eine pikante Hackfleischfüllung geben, zunähen, langsam von beiden Seiten anbraten, mit wenig braunem Fond angießen und unter häufigem Begießen schmoren, zuletzt Bratgemüse und Tomatenmark zugeben und mitschmoren, Fleisch herausnehmen, Bratensatz mit Mehl anstäuben, mit baunem Fond angießen, durchkochen, passieren und abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Paprikakartoffeln, Tomatenkartoffeln, Kartoffelsalat, Rotkohl, Sauerkraut, Weinkraut, Bayrisch-Kraut, Kohlrüben, Porreegemüse, Krautsalat, rote Bete, gemischter Salat.

Schweinebauch, gefüllt II

Ausgelösten Schweinebauch quer einschneiden und aufklappen, salzen und pfeffern, mit einer Hackmasse, die mit feinen Salzgurken-, Möhren- und Selleriewürfeln vermengt ist, bestreichen, zusammenrollen und binden. Ringsum anbraten, grob zerkleinerte Zwiebel zugeben, anbräunen, mit Wasser angießen, Lorbeerblatt und Pfefferkörner zugeben, garschmoren. Fleisch herausnehmen, Schmorfond mit braunem Fond ergänzen und mit Mehl leicht abziehen.

Beilage: wie unter Schweinebauch, gefüllt I.

Schweinebauch, geräuchert

Siehe Räucherschweinebauch, gekocht.

Schweinebauch in Biersoße

Schweinebauch salzen und pfeffern, mit Wasser in der Pfanne ansetzen, im austretenden Eigenfett bräunen, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Bier angießen und garschmoren. Fleisch herausnehmen, Schmorfond mit Wasser und Bier bis zur benötigten Soßenmenge auffüllen, mit Mehl leicht binden und pikant abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Mischgemüse, Möhrengemüse, Spinat, Wirsingkohl, Grünkohl, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinebauch mit Birnen

Schweinebauch in Salzwasser mit Lorbeerblatt und Pfefferkörnern garen. Feste Birnen in mit Essig leicht gesäuertem Zuckerwasser kochen, leicht mit Kartoffelmehl abziehen. Den in Scheiben geschnittenen Schweinebauch anrichten, die Birnen mit der Soße darübergeben.

Beilage: Semmelklöße, Schinkenklöße, Mehlknödel, Kartoffelklöße, Salzkartoffeln, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, den portionierten Schweinebauch mit wenig Brühe anzurichten und die Birnen extra zu geben.

Schweinebauchroulade

Aus ausgelöstem Schweinebauch rouladengroße Scheiben schneiden, klopfen, mit Senf bestreichen, mit kräftig gewürzter Hackmasse aus Schweinefleisch bestreichen, die mit Gemüsestreifen oder -würfel vermengt ist, rollen, zusammenstecken, von allen Seiten knusprig anbraten, mit Tomatenmark, Bratgemüse und wenig Brühe garschmoren, Schmorfond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht binden, mit Pfeffer, Salz und wenig Senf pikant abschmecken.

Beilage: wie Schweinebauch, gefüllt.

Schweinebraten

Siehe Jungschweinsrücken, gebraten.
Siehe Schwärtelbraten.
Siehe Schweinskamm, geschmort.
Siehe Schweinskeule, geschmort.

Schweinebraten, spanisch (Cordo Asado a la Riojana)

Schweinebratenfleisch mit Knoblauch und Nelken spicken, mit Salz und Pfeffer einreiben. In Öl von allen Seiten anbraten, mit wenig Wasser angießen, in der Bratröhre garen. Dabei häufig mit dem Bratenfond begießen. Wenn das Fleisch gar ist, aus dem Bratenfond nehmen und in diesem reichlich in Streifen geschnittenen Gemüsepaprika dünsten. Mit brauner Grundbrühe auffüllen, durchkochen und noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch in Scheiben schneiden und mit dem Fond mit den Paprikastreifen soßieren.

Beilage: Risotto, Safranreis, Curryreis, Tomatenreis, Makkaroni, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schweinefleisch, gekocht

Schweineschulter oder -brust entbeinen, in Salzwasser mit Suppengemüse, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern garen, aus der Kochbrühe mit heller Mehlschwitze Soße herstellen, mit reichlich feingeschnittenem Schnittlauch vermengen, das in Scheiben geschnittene Schweinefleisch mit der Schnittlauchsoße übergießen.

Beilage: Semmelknödel, Kartoffelbällchen, Salzkartoffeln, Brühkartoffeln,



Mischgemüse, Möhrengemüse, Wirsingkohl, Porreegemüse, Krautsalat, gemischter Salat.

Schweinsfilet im Krautmantel

Auf blanchierte Weißkohlblätter angebratenes Portionsstück von Schweinsfilet geben, einhüllen, mit magerer Speckscheibe bardieren, zusammenstecken, auf angeschwitzte Zwiebelwürfel geben, mit braunem Grundfond angießen, garschmoren, Soße mit saurer Sahne, Zitronensaft, Salz und edelsüßem Paprika vollenden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Nußkartoffeln, Pommes frites, Kopfsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schweinsfüße in Madeirasoße
(Pieds de porc au adère)

Spitzbeine längs halbieren und gut säubern, mit Möhrenscheiben, Selleriescheiben, Lauchstreifen und einer Knoblauchzehe in einer Madeiramarinade einlegen. Abtropfen, von allen Seiten anbraten, mit Marinade angießen, die Gemüse zugeben, schmoren, Tomatenmark zugeben. Lorbeerblatt zufügen, garschmoren, Soße passieren, mit Salz und Pfeffer und einem Schuß Madeira abschmecken, die Schweinsfüße anrichten, mit Madeirasoße übergießen.

Beilage: Butternudeln, Spaghetti, Spirelli, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kartoffelbällchen,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, gedünsteter Porree, gemischter Salat.

Schweinsgjuvetsch (VR Bulgarien)

Scheiben von Schweineschulter klopfen, salzen und pfeffern, von beiden Seiten anbraten, mit Paprikatomatensoße angießen, schmoren, Gjuvetsch aus der Dose zugeben (Import aus der VR Bulgarien), garschmoren, mit in Milch angerührtem Ei begießen, im Ofen überbacken.

Beilage: Reis, Weißbrot,
Kopfsalat, gemischter Salat.

Schweinshachse, geschmort

Schweinshachse (Dickbein) gut waschen und säubern, mit Bratgemüse und Tomatenmark schmoren, den Schmorfond bis zur gewünschten Soßenmenge auffüllen, mit gehacktem Kümmel und Pfeffer abschmecken, mit Mehl leicht binden. Hachse entbeinen und portionieren, anrichten und mit der Soße übergießen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Mischgemüse, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Schweinshachse mit Gemüsen (Golonka)

Schweinshachse (Dickbein) in Portionsstücke sägen (Dicke etwa 5 cm), salzen, pfeffern, auf angeschwitzte Zwiebelscheiben geben, mit in Wasser angerührtem Tomatenmark angießen, Lorbeerblatt zugeben, schmoren, kurz vor Abschluß des Garens braunen Fond und reichlich in Streifen oder Scheiben geschnittene Möhren, Sellerie und Petersiliewurzeln zugeben, gemeinsam garschmoren, Fleisch aus dem Fond nehmen, Fond leicht mit Mehl abziehen, mit Salz und Paprika abschmecken. Schweinshachse anrichten und mit der Gemüsesoße übergießen.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Porreegemüse, Möhrengemüse, Rosenkohl, Sauerkraut, gemischter Salat.

Schweinskamm, geschmort I

Schweinskamm auslösen, pfeffern und salzen, von allen Seiten anbraten, aus der

Pfanne nehmen, im Bratensatz Zwiebel- und Möhrenwürfel schmoren, Schweinskamm wieder dazugeben, mit wenig Fond angießen, reduzieren, erneut angießen und garschmoren. Schmorfond leicht mit Mehl binden, mit Rotwein abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln,
Wirsingkohl, Mischgemüse, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Möhrengemüse, Sauerkraut, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinskamm, geschmort II

Schweinskamm auslösen, pfeffern und salzen, mit wenig Wasser in der Bratpfanne ansetzen, im austretenden Eigenfett von allen Seiten anbraten, Zwiebel und Tomatenmark zugeben, unter mehrmaligem Angießen und Reduzieren garschmoren. Fond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht abziehen.

Beilage: wie Schweinskamm, geschmort I.

Schweinskamm in Sahnesoße

Zubereitung wie Schweinskamm II, jedoch Schmorfond mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbällchen,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Spinat, Rosenkohl, Porreegemüse, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Schweinskamm mit Senfgurke

Schweinskamm auslösen, salzen, pfeffern, mit wenig Wasser ansetzen und im austretenden Eigenfett von allen Seiten anbraten, Zwiebelwürfel zugeben, anbraten, mit Senfgurkenbrühe verdünntes Tomatenmark zufügen, schmoren, Lorbeerblatt und Senfgurkenwürfel zugeben, mit Wasser oder braunem Fond ergänzen und garschmoren, mit in Kondensmilch oder Sahne angerührtem Mehl binden. Mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Dill vermengen.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Speckknödel, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Salzkartoffeln, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schweinskarbonnade

Schweinskamm auslösen, in Scheiben schneiden (etwa 125 g je Portion) salzen, pfeffern, mehlieren, auf beiden Seiten anbraten, aus dem Fett herausnehmen. Im Bratfett Zwiebelscheiben anschwitzen und mit Tomatenmark schmoren, mit wenig Brühe angießen, Schweinskarbonnade und Lorbeerblatt zugeben, garschmoren, Karbonnade aus dem Fond nehmen, Fond mit Mehl leicht binden, mit saurer Sahne, Pfeffer und Salz abschmecken und über die Karbonnade geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Spätzle, Mischgemüse, junge Erbsen, Möhrengemüse, Wirsingkohl, Porreegemüse, Rotkohl, gemischter Salat.

Schweinskarbonnade, gedünstet

Schweinskamm auslösen, in dicke Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, mit viel Zwiebelscheiben in gefettetes Gargefäß geben, Lorbeerblatt, Pfefferkörner und wenig Wasser oder Brühe zugeben, dünsten, garen, Fleisch ausstechen, aus dem Dünstfond mit Mehlschwitze helle Zwiebelsoße herstellen und über die Karbonnade geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Brühkartoffeln, Paprikakartoffeln, Kartoffelklöße,
Spinat, Wirsingkohl, Mischgemüse, Bayrisch-Kraut, Möhrengemüse, Kopfsalat, gemischter Salat.



Schweinskeule, gepökelt, mit Pilzen (ČSSR)

Gepökelte Schweinskeule waschen und gut abtropfen, mit wenig Wasser und Wacholderbeeren im Gargefäß ansetzen und im austretenden Eigenfett braten, häufig mit wenig Wasser angießen und Braten begießen. Gares Fleisch herausnehmen, im Bratensatz Zwiebelwürfel schmoren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond oder Brühe angießen, durchkochen, passieren, mit Rotwein, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, zuletzt gedünstete Pilze in die Soße geben.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Risotto, Butternudeln, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Sauerkraut, Wirsingkohl, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Schweinskeule, geschmort

Bratenstücke aus der Schweinskeule salzen und pfeffern, von allen Seiten knusprig anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit braunem Fond angießen, Lorbeerblatt zugeben, garschmoren, Fleisch herausnehmen, Fond leicht mit Mehl binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Wirsingkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Für diese Zubereitung wird vorwiegend Fleisch älterer Tiere verwendet.
2. Bei Fettbesatz des Fleisches erfolgt das Ansetzen mit Wasser (siehe Schweinskamm, geschmort II).

Schweinekleinfleisch, gekocht (Salzknochen)

Gepökeltes Schweinekleinfleisch gut waschen, in Wasser mit Lorbeerblatt und Zwiebel garen, mit wenig Kochbrühe anrichten, mit Delikateß- oder Senfgurke garnieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Béchamelkartoffeln, Sauerkraut.

Schweinskopf, gekocht (Grundzubereitung)

Schweinskopf säubern und waschen, in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, entbeinen, in Scheiben schneiden, mit wenig Kochbrühe anrichten. Senf oder Meerrettich extra geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Brühkartoffeln, Sauerkraut, Mixed Pickles, gemischter Salat.

Schweinskopf mit Meerrettichsoße

Zubereitung wie Schweinskopf, gekocht (Grundzubereitung), aus Kochbrühe und Mehlschwitze jedoch Meerrettichsoße herstellen, portionieren, entbeinten Schweinskopf mit der Meerrettichsoße übergießen.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Brühkartoffeln, Sauerkraut, rote Bete, Mixed Pickles, Krautsalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett, gekocht

Schweinskotelett mit Knochen schneiden, in Salzwasser mit Suppengemüse, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern garen, die Kochbrühe mit geriebener Semmel durchkochen, bis sie sämig ist, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, über das Kotelett geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Semmelklöße, Kartoffelbällchen,
Sauerkraut, Weinkraut, Bayrisch-Kraut, Gurkengemüse, Porreegemüse, Krautsalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett, geschmort

Ausgelöstes Kotelett klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, von beiden Seiten anbraten, in gefettetes Gargefäß geben, mit Muskatblüte bestreuen, mit geschälten Zitronenscheiben belegen, mit Fleischbrühe bedecken, mit geriebenem Zwieback bestreuen, im Ofen garen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbällchen, Semmelklöße, Spätzle, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Tomatenbohnen, grüne Bohnen, Möhrengemüse, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schweinekümmelfleisch

Gulaschgroße Würfel von Schweineschulter auf angeschwitzte Zwiebelscheiben geben, mit gehacktem Kümmel, zerquetschtem Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen, mit Brühe auffüllen, gardünsten, leicht mit Mehl binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mischgemüse, Porreegemüse, Möhrengemüse, Baurisch-Kraut, Wirsingkohl, Krautsalat, gemischter Salat.

Schweinslendchen in Sahne

Schweinslendchen salzen und pfeffern, von allen Seiten anbraten, mit braunem Fond angießen, garschmoren. Schmorfond mit saurer Sahne ergänzen, mit Mehl leicht binden, mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken. Das Lendchen in Scheiben schneiden und mit der Soße übergießen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Butterreis, Spätzle, junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Rosenkohl, Spinat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schweinslendchen in Champignonsoße

Zubereitung wie Schweinslendchen in Sahne (siehe dort), jedoch Soße mit gedünsteten Champignons ergänzen.

Beilage: wie Schweinslendchen in Sahne.

Schweinspfeffer (Pfefferfleisch)

Schweineschulter und Schweinebauch in gulaschgroße Würfel schneiden, in Salzwasser mit Lorbeerblatt und Pfefferkörnern garen, angeschwitzte, feine Zwiebelwürfel zugeben, mit in Wasser und Blut angerührtem Mehl abziehen, mit Essig und Salz abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln,
Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Mischgemüse, Möhrengemüse, Senfgurke, Sauerkrautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Es ist auch üblich, den Schweinspfeffer süßsauer abzuschmecken. 2. Schweinspfeffer wird auch ohne Blut zubereitet.

Schweinepökelfleisch in pikanter Soße

Schweinepökelfleisch gut waschen, in Wasser mit Zwiebelscheiben und Lorbeerblatt garen, aus der Kochbrühe und einer Mehlschwitze mit Zwiebel helle Soße herstellen, mit Senf, Essig, Zucker und Paprika abschmecken, feingeschnittene Delikateßgurkenwürfel oder -streifen untermengen, das in Scheiben geschnittene Fleisch mit der Soße soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Brühkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße,
Sauerkraut, Weinkraut, Porreegemüse, Krautsalat.

Schweinsragout

Gulaschgroße Würfel von Schweineschulter salzen und paprizieren, anbraten, mit



Wasser oder braunem Fond angießen, schmoren, angeschwitzte Zwiebelwürfel und Lorbeerblatt zugeben, schmoren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond auffüllen, durchkochen. Mit Salz, Pfeffer und Senf abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Butternudeln, Spätzle, Kartoffelbrei,
Rotkohl, Wirsingkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, Gurkensalat, rote Bete, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, in das Schweinsragout noch Würfel von Delikateßgurke und mariniertem Gemüsepaprika zu geben.

Schweinsragout in Sahne (Sahneragout)

Gulaschgroße Würfel von Schweineschulter mit Speckwürfeln anbraten, mit Tomatenmark dünsten, salzen und pfeffern, mit Mehl anstäuben, Brühe und Lorbeerblatt zugeben, garen. Mit saurer Sahne vollenden, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Mehlklöße, Semmelklöße, Mehlnocken, Spätzle, Salzkartoffeln, Butternudeln,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Porreegemüse, Wirsingkohl, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schweinsragout, pikant

Gulaschgroße Würfel von Schweineschulter oder Nacken salzen und pfeffern, mit Zwiebeln anbraten, Tomatenmark zugeben, kurze Zeit schmoren, mit Mehl bestäuben, mit Brühe angießen, verrühren, garen, Tomatenwürfel, Würfel von Delikateßgurke und Streifen von mariniertem Gemüsepaprika untermengen, durchziehen lassen, mit Salz und Paprika abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln,
Möhrengemüse, junge Erbsen, Mischgemüse, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schweinsragout, rumänisch (Tocana cu Mamaliga)

In gulaschgroße Würfel geschnittenen Schweinskamm in Schweineschmalz anbraten, zugleich in einer anderen Pfanne Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen und dann zu den Schweinefleischwürfeln geben. Etwas Fett abgießen, Salz, Pfeffer und etwas herben Weißwein zugeben und gar schmoren. Zuletzt mit Thymian abschmecken. In einem Ring von dickem Maisbrei anrichten.

Beilage: anstelle von Maisbrei auch Weißbrot, Risotto, Kartoffelbrei.

Schweinsrippchen, geschmort

Schweinsrippchen waschen, in Stücke schneiden, rasch von beiden Seiten anbraten, mit Zwiebelscheiben und Tomatenmark kurz schmoren, mit Mehl anstäuben, mit Brühe oder braunem Fond angießen, garen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei,
Rotkohl, Sauerkraut, Weinkraut, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Krautsalat, gemischter Salat.

Schweinsrippchen mit Knoblauchwurst (Matschanka)

Schweinsrippchen in Stücke schneiden, salzen, pfeffern, von allen Seiten anbraten, mit Brühe angießen, Lorbeerblatt zugeben, schmoren, kurz vor Erreichen des Garpunktes Scheiben von Knoblauchwurst zugeben, gemeinsam garschmoren, Schmorfond mit in saurer Sahne angerührtem Mehl abziehen, durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße,

Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Kümmelkraut, Wirsingkohl, Möhrengemüse, gemischter Salat.

Schweinsrouladen (Grundzubereitung)

Schweineschnitzel klopfen, salzen, pfeffern, mit Senf bestreichen, mit Zwiebelscheiben und Delikateßgurkenscheiben belegen, rollen, zusammenstecken, von allen Seiten knusprig anbraten, mit in Brühe verrührtem Tomatenmark angießen, Lorbeerblatt zugeben, unter mehrmaligem Nachgießen von wenig Brühe garschmoren, Schmorfond bis zur gewünschten Soßenmenge auffüllen und mit Mehl leicht abziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Butternudeln, Spätzle,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Rotkohl, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Soße kann auch mit Rotwein oder mit saurer Sahne abgeschmeckt werden.

Schweinsroulade mit Ei

Schweineschnitzel klopfen, salzen und paprizieren, mit einer Scheibe Kochschinken und einem gekochten Ei belegen, rollen, zusammenstecken, von allen Seiten anbraten, mit braunem Fond angießen, garschmoren, Soße mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Spätzle,
Kremchampignons, Kremkarotten, Butterbohnen, junge Erbsen, Mischgemüse, Rosenkohl, gemischter Salat.

Schweinsroulade, pikant

Schweineschnitzel klopfen, salzen und pfeffern, mit Senf bestreichen, mit dünnen Zwiebelscheiben, einer Scheibe magerem Speck und Hackmasse belegen, rollen, zusammenstecken, von allen Seiten anbraten, mit wenig braunem Fond angießen, schmoren, Würfel von Delikateßgurke, Kapern und braunen Fond zugeben, garschmoren, mit Mehl leicht binden, mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: wie Schweinsroulade mit Ei (siehe dort).

Schweinsrücken, geschmort

Zubereitung wie Schweinskeule, geschmort (siehe dort).

Beilage: wie Schweinskeule, geschmort (siehe dort).

Schweinsrücken, glasiert

Garfertigen Schweinsrücken salzen und pfeffern, von allen Seiten anbraten, langsam weiterbraten und dabei häufig mit Bratensaft begießen (glasieren), damit sich eine glänzende Bratenkruste bildet. Zuletzt Bratgemüse mitbraten, Braten aus der Pfanne nehmen, Bratensatz mit braunem Fond angießen, abkochen, leicht mit Mehl binden. Schweinsrücken portionieren und mit der Soße übergießen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße,
Mischgemüse, Butterbohnen, junge Erbsen, Möhrengemüse, Rotkohl, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinesauerbraten

Schweineschulter mehrere Tage in eine Essigmarinade mit Zwiebel, Möhre, Sellerie, Lorbeerblatt und Nelken einlegen. Gut abtropfen, von allen Seiten anbraten, Bratgemüse mitbraten, kurz mit Tomatenmark schmoren, mit Mehl anstäuben, mit etwas Marinade und braunem Fond angießen, garen.



Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Spätzle, Butternudeln,
Mischgemüse, Möhrengemüse, junge Erbsen, Butterbohnen, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, die Soße nicht mit Mehl, sondern wie bei Rindersauerbraten mit Soßenpfefferkuchen zu binden.

Schweineschnauze, gekocht

Schweineschnauze säubern, in Salzwasser mit viel Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, entbeinen, in Portionsstücke schneiden. Mit dem Suppengemüse und gedünsteten Gemüsestreifen bestreuen, mit wenig Kochbrühe soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Béchamelkartoffeln, Tomatenkartoffeln, Kartoffelklöße, Sauerkraut, Weinkraut, Mixed Pickles, Delikateßgurke, gemischter Salat, Sauerkrautsalat.

Schweineschnitzel, geschmort

Schnitzel klopfen, salzen, pfeffern, mehlieren, rasch auf beiden Seiten braten, aus dem Bratfett nehmen und warm stellen, im Bratfett Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen, mit Paprika anstäuben, mit braunem Fond ablöschen, mit in saurer Sahne oder Joghurt angerührtem Mehl binden, Schnitzel, angeschwitzte Champignons, Kapern zugeben, kurz ziehen lassen, mit Zitronensaft und Pepper-Sauce abschmecken.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Pommes frites, Spätzle, Butternudeln, Butterreis,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Bayrisch-Kraut, Rotkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Schweineschulter, geschmort

Zubereitung wie Schweinskeule, geschmort (siehe dort).

Beilage: Rotkohl, Wirsingkohl, Bayrisch-Kraut, Möhrengemüse, Porreegemüse, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße.

Schweineschwarzsauer

Schweinebauch, Schweineschnauze, Schweinsohren und Spitzbeine in gesäuertem Salzwasser mit Zwiebel und Lorbeerblatt kochen, aus der Kochbrühe und einer dunklen Mehlschwitze Soße herstellen, mit in Essig angerührtem Schweineblut, Pfeffer und Salz abschmecken, das entbeinte, gewürfelte Fleisch in die Soße geben und durchziehen lassen ohne aufzukochen.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Mischgemüse, Bayrisch-Kraut, Rotkohl, Wirsingkohl, Porreegemüse, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Schweinewürzfleisch

Schweineschulter kleinwürflig schneiden, mit Zwiebelwürfeln anbraten, mit Brühe angießen, garschmoren, mit Würfeln von gekochter Schweinsniere und gedünsteten Pilzen vermengen, mit heller Soße binden, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Risotto, Spätzle,
Wirsingkohl, Möhrengemüse, Bohnengemüse, Schmorgurken, Krautsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat.

Spanferkel

Ferkel säubern, von innen mit Salz ein reiben, in gefettetes Gefäß geben, mit wenig Wasser angießen, langsam im Bratofen braten, mehrmals wenden, häufig mit Bratfett und Braunbier begießen.

Beilage: Stampfkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelsalat, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, Mixed Pickles, rote Bete, gemischter Salat, Pilzsalat.

Spitzbein in Madeirasoße

Siehe Schweinsfüße in Madeirasoße.

Spitzbeine in pikanter Soße (Piedi di maiale in salsa piccante)

Gesäuberte Spitzbeine spalten, in Salzwasser mit Suppengemüse, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern weichkochen, trocken anrichten, mit marinierten Gemüsepaprikastreifen oder Mixed Pickles garnieren, Soße aus Salatöl, zerpflücktem Thunfisch, grob gehackten, hartgekochten Eiern, Sardellenpaste, gehackter Petersilie, Zitrone, Pfeffer und Salz extra.

Beilage: Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Brot,
Mixed Pickles, Gemüsepaprikasalat, rote Bete, Sauerkrautsalat, gemischter Salat.

Szegediner Gulasch (Székelgulyás)

Gulaschgroße Würfel von Schweineschulter salzen und paprizieren, auf mit Schmalz angeschwitzte Zwiebelwürfel geben, dünsten, Tomatenmark, gehackten Kümmel und Wasser zugeben, halbweich garen, gewaschenes, grobgehacktes Sauerkraut zufügen, gemeinsam garen, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Kopfsalat, gemischter Salat.

Székelgulyás (Ungarische VR)

Siehe Szegediner Gulasch.

Tocana cu Mamaliga (SR Rumänien)

Siehe Schweinsragout, rumänisch.

Tomatenfleisch

Gulaschgroße Würfel von Schweineschulter salzen und pfeffern, anbraten, mit Tomaten- und Zwiebelscheiben schmoren, mit Wasser oder Brühe angießen, Lorbeerblatt zufügen, garschmoren, leicht mit Mehl binden, mit Tomatenmark oder Tomatenketchup sowie Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln, Spaghetti, Risotto,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Butterbohnen, Kopfsalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Topfbraten

Gekochten Schweinebauch, Schweinsnieren und Schweineschulter in Würfel schneiden, mit einer aus der Kochbrühe und brauner Mehlschwitze hergestellten Soße binden, mit Essig und Zucker sowie Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle,
Möhrengemüse, Mischgemüse, Wirsingkohl, Bohnengemüse, Gurkensalat, rote Bete, Selleriesalat, gemischter Salat.

Wurzelfleisch

Ausgelöste Schweineschulter oder Schweinskamm in dicke Scheiben (etwa 100 g) schneiden, salzen und pfeffern, von beiden Seiten anbraten, mit einer braunen Soße angießen, feine Streifen von Möhre, Sellerie, Petersiliewurzel und Lauch zugeben, garschmoren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln,
Kopfsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, rote Bete, Krautsalat, gemischter Salat.

Würzfleisch von Schwein

Siehe Schweinewürzfleisch.



9.3. Fertige Gerichte aus Rindfleisch

Gerichte aus Rindfleisch enthalten eine Fleischkomponente, die aus Fleisch von über ein Jahr alten Rindern hergestellt ist. Fleisch jüngerer Tiere wird als Kalbfleisch bezeichnet (siehe 9.4. Fertige Gerichte aus Kalbfleisch). Die *Grundzubereitungsarten* für Rindfleischkomponenten sind das *Schmoren* und das *Kochen*, seltener das *Braten*.
Nach den verwendeten Fleischteilen und den Zubereitungsarten kann man bei den *Fleischkomponenten* fertiger Rindfleischgerichte unterscheiden zwischen:

Braten (großer Braten)	in zwei weitere Untergruppen einzuteilen, nämlich a) in Mehrportionsstücke ohne Knochen, die durch Langzeitbraten zubereitet werden (z. B. Roastbeef, Rindslende) und in der Regel rosa oder halbrosa gebraten werden, b) in Mehrportionsstücke ohne Knochen, die durch Schmoren zubereitet werden (z. B. Rinderschmorbraten) und aus deren Schmorfond die Soße gezogen wird,
Kochfleisch	Mehrportionsstücke mit oder ohne Knochen (z. B. Rinderbrust), die durch Kochen in Wasser oder Brühe gegart werden und deren Kochbrühe die Grundlage für die Soße ergibt,
Schmorkomponenten (kleine Schmorgerichte)	Portionsstücke ohne Knochen (z. B. geschmorte Rostbraten, Rindsrouladen) oder noch kleinere Fleischstücke (z. B. Rindergulasch), die durch Schmoren gegart und eine aus dem Schmorfond gezogene Soße haben.

Von den *Innereien* werden für fertige Fleischgerichte vor allem *Herz, Zunge, Flecke* (Kutteln) verarbeitet (siehe 9.8. Fertige Gerichte aus Innereien).

Bierbraten

Rinderschmorfleisch (Keule) mit Salz, Pfeffer und Paprika einreiben, auf angeschwitzte Lauch-, Sellerie und Petersiliewurzelscheiben geben und anbraten. Mit Bier und braunem Fond angießen und etwa 60 Minuten schmoren, Streifen von Gemüsepaprika und Champignonscheiben zufügen, garen. Das Fleisch aus dem Fond nehmen, diesen bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht binden, mit Pfeffer, Salz, Joghurt und Bier abschmecken. Den Braten in Scheiben schneiden und mit der Soße übergießen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln, Risotto,
Rotkohl, Wirsingkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, Gurkensalat, Selleriesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Boeuf Bourguignonne

Siehe Rinderragout mit Champignons.

Bräckt rimmad oxbringa med stuvad potatis (Schweden)

Siehe Pökelrinderbrust mit Sahnekartoffeln.

Champignonrinderbraten

Zubereitung wie Rindersaftbraten (siehe dort), Soße jedoch mit saurer Sahne und gedünsteten Champignons anstelle Rotwein vollenden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln, Risi-Pisi,
Rosenkohl, junge Erbsen, Kremkarotten, Butterbohnen, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Filet im Krautmantel

Rindslende in Portionsstücke (etwa 100 bis 125 g) schneiden, leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten anbraten, auf gesalzene, blanchierte Krautblätter geben, einhüllen, mit einer dünnen, mageren Speckscheibe umlegen, feststecken, auf mit Speck angeschwitzte Zwiebelwürfel und Champignonscheiben geben, mit braunem Grundfond angießen, mit Zitronensaft, zerquetschter Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer, saurer Sahne ergänzen, garschmoren. Filet im Krautmantel trocken anrichten, mit der Soße umgießen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Schloßkartoffeln, Kartoffelkroketten, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei,
Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Salatteller.

Gulasch mit Würstchen (Würstchengulasch)

Rindergulasch I (siehe dort) zubereiten, beim Anrichten mit angebratenen Cocktailwürstchen oder zwei längs halbierten, angebratenen Wiener Würstchen und Scheiben von Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Mehlklöße, Semmelklöße, Kartoffelklöße, Spätzle, Butternudeln,
Möhrengemüse, junge Erbsen, Mischgemüse, Blumenkohl, Butterbohnen, gemischter Salat.

Husarenfleisch (Österreich)

Dünne Scheiben von magerem Rind-, Schweine- und Kalbfleisch mit Paprika würzen und salzen, von beiden Seiten rasch anbraten. Dann aus dem Fett nehmen und warm stellen. Im Fett Zwiebelscheiben goldgelb anbraten und mit Mehl anstäuben, mit Sahnesoße und etwas Essig auffüllen, gut verrühren und durchkochen. Das Fleisch in diese Soße geben und mit saurer Sahne abschmecken.

Beilage: Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Butterreis, Butternudeln, Spätzle,
Kopfsalat, gemischter Salat.

Karajalau paisti (Finnland)

Siehe Ofenfleisch, finnisch.

Kolosvaer Rostbraten (Ungarische VR)

Siehe Rostbraten, gedünstet.

Lendenbraten (Grundzubereitung)

Rindslende mit Speckstreifen spicken, mit Salz und Pfeffer einreiben, von allen Seiten anbraten, mit wenig braunem Fond angießen und bei mehrmaligem Angießen garschmoren, Fleisch aus dem Fond nehmen, bis zur benötigten Soßenmenge auffüllen, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Mehlklöße, Spätzle,
Blumenkohl, Pilze, Rosenkohl, Möhrengemüse, junge Erbsen, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Lendenbraten mit Backpflaumen

Rindslende mit Speckstreifen spicken, salzen, pfeffern, anbraten, mit Tomatenmark, Zwiebelwürfeln, Lorbeerblatt und braunem Fond garschmoren, Fleisch aus



dem Fond nehmen. Fond mit Rotwein, in Rotwein geweichten, entsteinten Backpflaumen ergänzen, mit Mehl leicht binden, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbällchen, Butternudeln, Risotto, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Möhrengemüse, Butterbohnen, Kopfsalat, gemischter Salat.

Majoranfleisch

Rindergulasch würfeln (etwa 2 cm · 2 cm), auf angeschwitzte, mit wenig Essig abgelöschte Zwiebelscheiben geben, mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen, mit Wasser oder braunem Fond angießen, garschmoren, Fond bis zur gewünschten Soßenmenge auffüllen, mit in saurer Sahne oder Joghurt verrührtem Mehl binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Spätzle,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Bohnengemüse, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Miroton (Frankreich)

Siehe Rinderbrust, überbacken.

Mischgulasch

Siehe 9.2. Fertige Gerichte aus Schweinefleisch.

Ochsenbrust

Siehe Rinderbrust.

Ofenfleisch, finnisch (Karajalau paisti)

Gulaschgroße Würfel von Rind-, Hammel-, Kalb- und Schweinefleisch mit Zwiebelscheiben, Salz, Pfeffer, Lorbeerblatt und Piment vermengen, in ein Gargefäß einschichten, mit soviel Wasser auffüllen, daß das Fleisch bedeckt ist. Gefäß abdecken und bei mittlerer Hitze in der Bratröhre garen.

Beilage: Pommes frites oder andere gebackene Kartoffeln, Bratkartoffeln, Kartoffelbrei,
Salzgurken, Senfgurken, rote Bete oder anderer Frischkostsalat.

Ochsenschwanzragout

Ochsenschwanz an den Gliedern auseinanderschneiden, salzen, pfeffern, auf angeschwitzte Zwiebelwürfel geben, mit Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, reduzieren und schmoren, mit braunem Fond bedecken, Lorbeerblatt, Thymian, Piment zugeben, garen. Fleisch ausstechen, mit Rotwein und Paprika abschmecken, Ochsenschwanzstücke und gedünstete Champignons in die Soße geben, durchziehen lassen, ohne aufzukochen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Macairekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Spätzle, Butternudeln, Risotto, junge Erbsen, Rotkohl, Weinkraut, Rosenkohl, Mischgemüse, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Ochsenschwanzragout mit Gemüsen (Oxtail stew)

Ochsenschwanz an den Gliedern zerschneiden, salzen, pfeffern, mehlieren, von allen Seiten knusprig anbraten, aus dem Fett herausnehmen, im Bratfett Möhren-, Sellerie- und Zwiebelscheiben anschwitzen, zu den angebratenen Ochsenschwanzstücken geben, mit Brühe bedecken, Lorbeerblatt und Thymian zufügen, garen, abfetten, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Butterreis,
Blattspinat, junge Erbsen, Weinkraut, Mischgemüse, Selleriesalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Paprikarinderbraten

Schmorfleisch mit fettem und magerem Speck spicken, salzen, pfeffern, von allen Seiten scharf anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Pritamin schmoren, braunen Fond und Lorbeerblatt zufügen, schmoren, Fond bis zur gewünschten Soßenmenge ergänzen, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit gedünsteten Gemüsepaprikastreifen (rote und grüne) vermengen, mit edelsüßem Paprika und Zitronensaft vollenden. Braten in Scheiben schneiden und mit der Soße übergießen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Semmelklöße, Spätzle, Butternudeln, Risotto, Risi-Pisi,
Weinkraut, Wirsingkohl, Rotkohl, Rosenkohl, Möhrengemüse, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Pfefferpothast (Grundzubereitung) I

Rinderkochfleisch ohne Knochen in gulaschgroße Würfel schneiden, mit Salzwasser bedecken, Zwiebelscheiben, Lorbeerblatt, Pfefferkörner zugeben, garen. Aus der Kochbrühe mit heller Mehlschwitze Soße herstellen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Fleisch damit vermengen, durchziehen lassen.
Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Mischgemüse, Senfgurke, Gurkensalat, gemischter Salat.

Pfefferpothast II

Rinderkochfleisch ohne Knochen in gulaschgroße Würfel schneiden, mit Scheibenzwiebeln, Möhrenscheiben, Selleriescheiben, Lorbeerblatt und mit Salzwasser bedeckt garen. Kurz vor Erreichen des Garpunktes geriebenes Weißbrot zugeben, kurz durchkochen, bis der Fond sämig wird, mit Pfeffer kräftig abschmecken.

Beilage: wie bei Pfefferpothast (Grundzubereitung).

Pilzgulasch

Gulaschfleisch würfeln, salzen und paprizieren, auf angeschwitzte Zwiebelscheiben geben (Verhältnis 2 Teile Fleisch und 1 Teil Zwiebeln), mit wenig Wasser angießen, mit gehacktem Kümmel schmoren, bis der Fond reduziert ist, wieder angießen und garschmoren, Fond leicht mit Mehl binden, weichgekochte Trockenpilze oder gedünstete andere Pilze untermengen, durchziehen lassen.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Butternudeln, Butterreis,
junge Erbsen, Butterbohnen, Mischgemüse, Wirsingkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Pökelfleisch, gekocht

Pökelfleisch gut waschen, in Wasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt kochen, gares Fleisch in Scheiben schneiden und mit wenig Kochbrühe anrichten.

Beilage: Erbsbrei, Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Brühkartoffeln, Béchamelkartoffeln, Tomatenkartoffeln,
Sauerkraut, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Kochbrühe kann auch leicht mit Mehl gebunden und als Soße über das Fleisch gegeben werden.

Pökelrinderbrust mit Sahnekartoffeln (Bräckt rimmad oxbringa med stuvad potatis)

Pökelrinderbrust in Wasser mit Suppengemüse garen, im Fond erkalten lassen, ausbeinen und leicht pressen. Dann in mitteldicke Scheiben schneiden, leicht mehlieren und in wenig Fett von beiden Seiten anbraten. Pellkartoffelscheiben mit heißer Rahmsoße binden und aufkochen lassen. Die Kartoffeln anrichten, darauf die



angebratenen Rinderbrustscheiben anordnen und alles mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Frischkostsalate, Salatteller, Apfelkompott.

Rinderbierfleisch (Sowjetunion)

Gulaschgroß geschnittene Rindfleischstücke salzen und pfeffern, von allen Seiten anbraten, mit Kwaß oder braunem Einfachbier angießen, schmoren, noch mit etwas Wasser ergänzen, garschmoren. Aus dem Schmorfond und brauner Mehlschwitze Soße herstellen, mit Tomatenmark, Pfeffer und Bier abschmecken, das Fleisch mit der Soße vermengen, durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Sauerkraut, Rotkohl, Wirsingkohl, Möhrengemüse, Selleriesalat, rote Bete, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, die Soße noch leicht mit Rotwein abzuschmecken.

Rinderbraten

Siehe Champignonrinderbraten.
Siehe Paprikarinderbraten.
Siehe Rindersahnebraten.
Siehe Rindersaftbraten.
Siehe Rinderschmorbraten.
Siehe Sauerbraten.

Rinderbrust in Meerrettichsoße

Rinderbrust in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, aus der Kochbrühe, etwas Milch, heller Mehlschwitze mit Zwiebel Soße herstellen, mit geriebenem Meerrettich vermengen, mit Salz und Zucker abschmecken. Die in Scheiben geschnittene Rinderbrust mit der Meerrettichsoße überziehen.

Beilage: Brühkartoffeln, Kartoffelklöße, Salzkartoffeln, Mehlklöße, Mischgemüse, Möhrengemüse, Kopfsalat, rote Bete, Krautsalat, gemischter Salat.

Rinderbrust mit Senfsoße

Zubereitung wie Rinderbrust mit Meerrettichsoße (siehe dort), jedoch aus der Kochbrühe und heller Mehlschwitze mit Zwiebel Senfsoße herstellen, mit Salz, Essig und Zucker abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Möhrengemüse, Mischgemüse, Porreegemüse, Kopfsalat, Krautsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Rinderbrust, überbacken (Miroton)

Gekochte Rinderbrust in Scheiben schneiden, in gefettetes, feuerfestes Gefäß geben, mit einer braunen, mit Senf abgeschmeckten Zwiebelsoße überziehen, mit Semmelbröseln und Reibekäse bestreuen, mit zerlassener Butter beträufeln, überbacken.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Butterreis, Champignonreis, Spätzle, Butternudeln, junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Spinat, Wirsingkohl, Kopfsalat, Chicoréesalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die Rinderbrustscheiben vor dem Überbacken auf beiden Seiten kurz anzubraten. Außerdem können noch Champignonscheiben in die Soße gegeben werden.

Rinderfilet, gespickt

Siehe Rindslende, gespickt.

Rindergulasch I

Gulaschfleisch grob würfeln, salzen und pfeffern, auf angeschwitzte Zwiebelscheiben geben (Verhältnis zwei Teile Fleisch und ein Teil Zwiebeln), mit wenig Wasser angießen, mit gehacktem Kümmel und zerquetschtem Knoblauch schmoren, bis der Fond reduziert ist, wieder angießen,

garschmoren, den Fond leicht mit Mehl binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln, Makkaroni, Spaghetti, Rotkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, junge Erbsen, Kopfsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Rindergulasch II

Gulaschfleisch grob würfeln, anbraten, Zwiebelwürfel zugeben und anschwitzen, feingehackten Kümmel, wenig Majoran, edelsüßen Paprika und Salz sowie Lorbeerblatt zufügen, mit Wasser oder Brühe angießen, garschmoren, Schmorfond bis zur benötigten Soßenmenge verlängern und mit Mehl leicht binden.

Beilage: Wie Rindergulasch I.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, das Gulaschfleisch und die Zwiebel noch mit Tomatenmark zu schmoren.

Rindergulasch mit Gemüse (Gemüsegulasch)

Zubereitung wie Rindergulasch II, zuletzt mit gedünsteten Porreestreifen, Möhren- und Selleriewürfeln und Erbsen vermengen (ein Teil Fleisch und ein Teil Gemüse), mit saurer Sahne oder Joghurt abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Makkaroni, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Rindergulasch mit Gemüsestreifen

Zubereitung wie Rindergulasch II, jedoch kurz vor Garwerden des Fleisches noch Gemüsestreifen (Julienne) von Möhre, Sellerie und Petersiliewurzel zufügen und gemeinsam mit dem Fleisch garschmoren. Der Schmorfond wird leicht mit Senf abgeschmeckt.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Spätzle, Butternudeln, Makkaroni, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, rote Bete, gemischter Salat.

Rinderhaschee mit Ei

Gekochtes Rindfleisch grob wolfen, auf angeschwitzte Zwiebelwürfel geben, schmoren, mit wenig heller Soße, Joghurt oder saurer Sahne, Delikateßgurkenwürfeln, Senf, Salz und Pfeffer vermengen, durchkochen, anrichten mit einem Setzei belegen.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Spätzle, Mischgemüse, Möhrengemüse, Bayrisch-Kraut, Porreegemüse, Bohnensalat, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Rinderhaschee mit Ei kann auch aus Konservenrindfleisch hergestellt werden.

Rinderhaschee mit Gemüse (Ropa vieja)

Rinderkochfleisch ohne Knochen feinwürflig schneiden, mit Würfeln von magerem Speck, Möhren und Lauchstreifen in wenig Salzwasser garen. In einer Pfanne Zwiebelwürfel mit zerquetschtem Knoblauch anschwitzen, Tomatenscheiben, Gemüsepaprikastreifen, Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer, Nelken und edelsüßer Paprika zugeben, gemeinsam schmoren, mit Brühe angießen, durchkochen, passieren, die passierte Flüssigkeit mit geriebenem Graubrot binden, das zerfaserte Fleisch untermengen, alles durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Risotto, Butternudeln, Makkaroni, Spaghetti, Spätzle, Mehlklöße, Kartoffelbrei,
Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Chicoréesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.



Rinderragout in Sahne, pikant

Gulaschgroße Würfel von Rinderschmorfleisch mit Zwiebelscheiben in Schweineschmalz anbraten, mit wenig Wasser angießen, gehackten Kümmel und Salz zugeben, garschmoren. Kurz vor Garwerden des Fleisches Pilze, Streifen von roten Rüben zugeben, gemeinsam schmoren, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Butternudeln,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Wirsingkohl, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Rinderragout mit Champignons (Boeuf Bourguignonne)

Gulaschfleisch würfeln, mit Zwiebelscheiben, Lorbeerblatt, Petersilie, Thymian, Salz, Öl und Rotwein einige Stunden marinieren, abtropfen, anbraten, mit Mehl anstäuben, mit Brühe und Marinade angießen, durchkochen, in magerem Speck angeschwitzte Zwiebelwürfel zufügen, mit Knoblauchpulver leicht abschmecken, garen, kurz vor Erreichen des Garpunktes gedünstete Champignons zugeben.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Schinkenreis,
junge Erbsen, Blumenkohl, Rosenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Salatteller.

Rinderragout mit Gemüsen

Gulaschgroße Schmorfleischwürfel salzen und paprizieren, anbraten, auf einen Ansatz von angeschwitzten, mageren Speckwürfeln, Zwiebelwürfeln, zerquetschter Knoblauchzehe, Möhrenstreifen, Selleriestreifen, Thymian und Lorbeerblatt geben, mit Rotwein und Wasser auffüllen, garen. Kurz vor dem Garwerden des Fleisches noch Gemüsepaprikastreifen und Tomatenwürfel zugeben und mitgaren, leicht mit Mehl binden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Mehlklöße, Semmelklöße, Kartoffelklöße, Butternudeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Rinderragout mit Kirschen

Gulaschgroße Schmorfleischwürfel einen Tag mit Weißwein, Pfeffer und Lorbeerblättern sowie Nelken marinieren, abtropfen und auf einen Ansatz von angeschwitzten Zwiebelscheiben geben, dünsten, Tomatenmark zugeben und mit der Weinmarinade garen, salzen und pfeffern. Kurz vor Garwerden des Fleisches entsteinte Sauerkirschen und etwas Sauerkirschsaft zufügen, mit in Sahne oder Joghurt verquirltem Mehl leicht binden.

Beilage: Semmelklöße, Mehlklöße, Kartoffelklöße, Mehlnocken, Spätzle, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei,
Möhrengemüse, Mischgemüse, junge Erbsen, Wirsingkohl, Blumenkohl, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Rinderragout, pikant

Rindfleischwürfel mit Würfeln von Rauchspeck anbraten, mit Brühe angießen, garschmoren, mit Tomatenmark, Pfeffer, Salz und Senf abschmecken, mit Mehl leicht binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Butternudeln, Makkaroni, Risotto,
Möhrengemüse, Mischgemüse, junge Erbsen, Bohnengemüse, Wirsingkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Rinderroulade I

Rouladenfleisch (Scheibe von 100 · · · 125 g) klopfen, salzen und pfeffern, mit einer

Mischung aus angeschwitzten Speck- und Zwiebelwürfeln, geriebenem Schwarz- oder Weißbrot, die pikant mit Senf abgeschmeckt ist, bestreichen, zusammenrollen, zusammenstecken. Von allen Seiten anbraten, mit wenig braunem Fond und Tomatenmark ergänzen, schmoren, erneut angießen und garschmoren. Den Fond mit wenig Mehl binden, mit Pfeffer, Salz und Senf abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln,
Rotkohl, Möhrengemüse, Mischgemüse, junge Erbsen, Gurkensalat, Kopfsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Rinderroulade II

Rouladenfleisch (Scheibe 100 · · · 125 g) klopfen, salzen und pfeffern, mit Senf bestreichen, mit feingeschnittenen Zwiebelscheiben und Speckstreifen belegen, zusammenrollen, zusammenstecken, scharf anbraten, mit braunem Fond und Tomatenmark angießen, schmoren, reduzieren, erneut angießen und garschmoren. Fond mit Mehl leicht binden und mit Rotwein abschmecken.

Beilage: wie Rinderroulade I.

Hinweis: Die Füllung kann auch noch mit Hackmasse ergänzt werden.

Rindersaftbraten

Rinderschmorfleisch (Garguteinheiten von 2 · · · 3 kg) mit Rauchspeck spicken, salzen und pfeffern, von allen Seiten scharf anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Tomatenmark, Rotwein und Lorbeerblatt schmoren, mit braunem Fond angießen, garschmoren, Fond mit Mehl leicht binden, mit Rotwein vollenden.
Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Mehlnocken, Butternudeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Blumenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Salatteller.

Rindersaftgulasch

Gulaschfleisch grob würfeln, salzen und paprizieren, auf angeschwitzte Zwiebelscheiben (Verhältnis ein Teil Zwiebeln und ein Teil Fleisch) geben, mit Tomatenmark und Majoran vermengen, mit etwas Wasser angießen, schmoren, bis der Fond reduziert ist, erneut angießen (etwas mehr als erforderliche Soßenmenge), garen. Mit Salz, Paprika und Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Butternudeln, Makkaroni, Spaghetti,
Möhrengemüse, Mischgemüse, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Mehlbindung ist nicht erforderlich, da der Gulasch durch das Verkochen von Zwiebel und Tomatenmark genug eigene Bindung erhält.

Rindersahnebraten

Zubereitung wie Rindersaftbraten (siehe dort), Soße jedoch mit Sahne anstelle Rotwein vollenden, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Spätzle, Mehlklöße, Kartoffelklöße, Mehlnocken, Butternudeln, Salzkartoffeln,
Möhrengemüse, junge Erbsen, Bohnengemüse, Mischgemüse, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Rinderschmorbraten I

Rinderschmorfleisch (Garguteinheiten von 2 · · · 3 kg) mit Rauchspeck spicken, salzen und pfeffern, von allen Seiten scharf anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, garschmoren, Fond bis zur benötigten Soßenmenge



auffüllen, mit Mehl binden, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Mehlklöße, Kartoffelklöße, Butternudeln, Möhrengemüse, Mischgemüse, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Bohnengemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Rinderschmorbraten II

Rinderschmorfleisch (Garguteinheiten von 2···3 kg) mit Rauchspeck spicken, mit gehackten Kräutern und Kapern 12 Stunden ziehen lassen, salzen und pfeffern, anbraten, angebratene Zwiebelscheiben und geschälte Zitronenscheiben zufügen, mit braunem Fond oder Wasser angießen, garschmoren. Fond reduzieren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond auffüllen, durchkochen, passieren, mit Rotwein, Zucker, Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: wie Rinderschmorbraten I.

Rindersteak, geschmort

Siehe Rostbraten in Rotwein.

Rindfleisch, gekocht (Grundzubereitung)

Rinderkochfleisch mit oder ohne Knochen gründlich waschen, in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen. Aus der Kochbrühe und heller Mehlschwitze Soße herstellen, passieren, mit Salz, Zitronensaft und reichlich feingeschnittenem Schnittlauch abschmecken. Das gekochte Rindfleisch in Scheiben schneiden und mit der Soße übergießen.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Brühkartoffeln, Béchamelkartoffeln, Semmelklöße,
Porreegemüse, Kümmelkraut, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, rote Bete, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Nach der gleichen Grundzubereitung können Rindfleisch, gekocht, in Kräutersoße, Senfsoße, Tomatensoße, Meerrettichsoße oder Sardellensoße, hergestellt werden.

Rindfleisch mit grünen Bohnen (VR Bulgarien)

Rindfleisch mit oder ohne Knochen in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, in Scheiben schneiden und auf gedünsteten, mit Tomatenwürfeln vermengten grünen Bohnen anrichten, mit Petersilie bestreuen und mit Joghurt (kann auch mit geriebener Zwiebel oder Knoblauch aromatisiert werden) servieren.

Beilage: Weißbrot, Reis, Mehlklöße, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Rindfleischröllchen in Rotwein

Scheiben von Rinderschmorfleisch (etwa 100 g) klopfen, salzen und pfeffern, mit einer Scheibe magerem Speck belegen, rollen und zusammenstecken, anbraten, mit Mehl anstäuben, mit Tomatenmark und Brühe ergänzen, garen. Mit Rotwein, Pfeffer und Salz kräftig abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln,
Möhrengemüse, junge Erbsen, Butterbohnen, Rosenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Rindfleischschnitte, geschmort

Scheibe von Schmorfleisch (etwa 100 g) klopfen, pfeffern und salzen, von beiden Seiten anbraten, in einen Schmortopf auf einen Ansatz von angeschwitzten Zwiebelscheiben geben, mit Brühe bedecken, Lorbeerblatt zufügen, garen. Den Fond mit Mehl leicht binden, mit Pfeffer, Salz und

Zitronensaft abschmecken und über die angerichtete Rindfleischschnitte geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Risotto, Tomatenreis, Paprikareis, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Schmorkohl, Möhrengemüse, Mischgemüse, Selleriesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hinweis: In die Soße können noch Kapern gegeben werden.

Rindslende, gespickt

Rindslende mit Streifen von Rauchspeck spicken, von allen Seiten anbraten, mit wenig braunem Fond angießen, garschmoren, Fond reduzieren, Bratgemüse darin schmoren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond in der benötigten Soßenmenge angießen, glattrühren und durchkochen, mit Rotwein, Pfeffer und Salz abschmecken. Die Soße über die in Scheiben geschnittene Rindslende geben.

Beilage: Kartoffelklöße, Kartoffelbällchen, Salzkartoffeln, Mehlklöße, Spätzle, junge Erbsen, Kremkarotten, Mischgemüse, Blumenkohl, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, mehrere Gemüsesorten als Beilage zu geben.

Rindslende in Blätterteig

Gespickte Rindslende von allen Seiten anbraten, auf ein mit einer Pilzfarce bestrichenes Blätterteigrechteck geben, in den Blätterteig einschlagen, mit Milch und Eigelb bestreichen, knusprig backen. In Scheiben schneiden, trocken anrichten, Madeirasoße oder Rotweinsoße mit gedünsteten Champignons extra.

Beilage: Kartoffelkroketten, Schloßkartoffeln, Nußkartoffeln, Strohkartoffeln, Kartoffelplätzchen, junge Erbsen, Blumenkohl, Spargel, Artischockengemüse, Pilze, Salatteller.

Rindslende in Kraut

Siehe Filet im Krautmantel.

Rindslende in Sahne

Zubereitung wie Rindslende, gespickt (siehe dort), Fond jedoch zu Sahnesoße verarbeiten.

Beilage: wie Rindslende, gespickt.

Roastbeef, rosa (englisch)

Roastbeef parieren, salzen und pfeffern, von allen Seiten rasch anbraten, langsam rosa braten. Fleisch zur Seite stellen, Bratensatz mit braunem Fond angießen und abkochen, mit Mehl leicht binden, mit Rotwein, Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Kartoffelplätzchen, Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Champignons, gedünsteter Chicorée, Salatteller.

Hinweis: Roastbeef, rosa, wird weniger als warmes Gericht kombiniert, es wird vor allem zu kalten Speisen verarbeitet (siehe 16. Kalte Speisen auf Fleischbasis).

Ropa vieja (Südamerika)

Siehe Rinderhaschee mit Gemüse.

Rostbraten, gedünstet (Kolosvaer Rostbraten)

Rostbraten leicht klopfen, salzen, in Fett anbraten, aus dem Fett nehmen und warm stellen. Danach im Bratfett feine Zwiebelwürfel anschwitzen, mit Paprika anstäuben und mit etwas Brühe ablöschen. In ein Schmorgefäß rohe Scheiben von geschälten Kartoffeln einschichten, mit den Rostbraten belegen und die Zwiebeln mit dem Fond darüber gießen. Kleine Weißkohlköpfe putzen, waschen und vierteln, die Viertel überbrühen und obenauf die Rostbraten



geben. Mit Sahne übergießen und alles in der Bratröhre gardünsten. Beim Anrichten mit paprizierter Jus angießen.

Rostbraten, geschmort

Rotsbraten (etwa 100···125 g) leicht klopfen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten anbraten, in Schmorgefäß auf einen Ansatz von angeschwitzten Zwiebelscheiben und Tomatenmark geben. Lorbeerblatt hinzufügen, mit Brühe oder braunem Fond angießen, garschmoren. Schmorfond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht binden, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Butternudeln,
Mischgemüse, Kremkarotten, junge Erbsen, Wirsingkohl, Tomatenbohnen, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Rostbraten in Rotwein

Zubereitung wie Rostbraten, geschmort. Dem Schmorfond jedoch noch Pimentkörner beigeben. Soße mit Rotwein vollenden.

Beilage: wie Rostbraten, geschmort.

Rostbraten, pikant I

Rostbraten (100···125 g) klopfen, pfeffern und salzen, mit Zwiebelwürfeln und edelsüßem Paprika schmoren, mit braunem Fond angießen, garschmoren. Kurz vor dem Garwerden des Fleisches Streifen von mariniertem Gemüsepaprika zufügen und gemeinsam garen. Schmorfond zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit in saurer Sahne oder Joghurt angerührtem Mehl binden, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Macairekartoffeln, Salzkartoffeln, Spätzle, Butternudeln,
Möhrengemüse, junge Erbsen, Mischgemüse, Butterbohnen, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Rostbraten, pikant II

Zubereitung wie Rostbraten, pikant I, dem Fond jedoch anstelle Gemüsepaprikastreifen fein gehacktes Mixed Pickles zugeben und anstatt mit saurer Sahne mit Senf und Rotwein vollenden.

Beilage: wie Rostbraten, pikant I.

Saftgulasch

Siehe Rindersaftgulasch.

Sahnegulasch

Gulaschfleisch grob würfeln, salzen und paprizieren, auf einen Ansatz von angeschwitzten Zwiebelscheiben (ein Teil Fleisch auf ein Teil Zwiebeln) geben, mit Tomatenmark schmoren, Lorbeerblatt und braunen Fond zugeben, garschmoren. Mit saurer Sahne vollenden und mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Spätzle, Kartoffelbrei, Mehlklöße, Kartoffelklöße, Salzkartoffeln, Butternudeln,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, gedünsteter Porree, Gurkensalat, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Bei dieser Zubereitung wird der Schmorfond derart gut gebunden, daß eine Mehlbindung nicht erforderlich ist.

Sahnerostbraten, geschmort

Rostbraten (etwa 100···125 g) klopfen, pfeffern und salzen, in ein Schmorgefäß auf einen Ansatz von angeschwitzten Zwiebelscheiben und Tomatenwürfeln (oder Tomatenmark) geben, mit Mehl leicht anstäuben, kurz schmoren, mit braunem Fond angießen, garschmoren, Fond bis zur gewünschten Soßenmenge

verlängern, mit saurer Sahne, Zitronensaft und Salz abschmecken.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Butterreis, Schinkenreis,
Blumenkohl, Pilze, junge Erbsen, Butterbohnen, Möhrengemüse, Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Sauerbraten

Schmorfleisch (Garguteinheit von 2···3 kg) in eine Essigmarinade mit Zwiebel, Möhren und Lorbeerblatt 2 bis 3 Tage einlegen, abtropfen, von allen Seiten scharf anbraten, Tomatenmark und Bratgemüse zufügen, schmoren, mit wenig braunem Fond angießen, reduzieren, mit einem Teil der Marinade und braunem Fond angießen, garschmoren. Fond mit Soßenkuchen (Pfefferkuchen) binden, kräftig süßsauer abschmecken, über den in Scheiben geschnittenen Braten geben.

Beilage: Kartoffelklöße, Mehlklöße, rohe Klöße, Spätzle, Butternudeln, Salzkartoffeln,
Möhrengemüse, Mischgemüse, junge Erbsen, Wirsingkohl, Porreegemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schmorbraten

Siehe Rinderschmorbraten.

Schmorsteak von Rind

Siehe Rostbraten, geschmort.
Siehe Rostbraten in Rotwein.
Siehe Rostbraten, pikant.
Siehe Sahnerostbraten, geschmort.

Suppenfleisch in Rosinensoße

Rinderbrust ohne Knochen in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, aus der Kochbrühe und Mehlschwitze mit Zwiebel helle Soße herstellen, passieren, mit feingehackten Senf- oder Delikateßgurkenwürfeln und eingeweichten Sultaninen vermengen, mit Salz, Pfeffer und Senf pikant abschmecken, das in Scheiben geschnittene Fleisch in die Soße geben und durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mischgemüse, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Selleriesalat, Tomatensalat, rote Bete, Kopfsalat, gemischter Salat.

Viktoriabraten (Ungarische VR)

Rinderkochfleisch mit Wurzelgemüsen und so wenig Salzwasser kochen, daß dieses zuletzt fast eingekocht ist. Rindfleisch abkühlen lassen, in Scheiben schneiden und 1 bis 2 Stunden in Zitronensaft marinieren. Anschließend salzen und pfeffern, mehlieren, durch zerrührtes Ei ziehen und mit Reibekäse panieren, gut anklopfen. In erhitzter Butter von beiden Seiten goldgelb braten.

Beilage: Pommes frites, Bratkartoffeln, Risotto, Risi-Pisi, Weißbrot,
Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Würstchengulasch

Siehe Gulasch mit Würstchen.

Wurzelfleisch vom Rind

Schmorfleisch in Würfel (etwa 2 cm · 2 cm) schneiden, mit grob geschnittenen Streifen von Möhre, Sellerie, Petersiliewurzel und Zwiebel (Verhältnis Fleisch zu Gemüsen einschließlich Zwiebel 1 : 1) mit mageren Speckwürfeln anbraten, mit wenig Essig ablöschen, mit Mehl anstäuben, mit Brühe angießen, garen. Mit Salz, edelsüßem Paprika und Zitronensaft oder Essig abschmecken.



Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Butternudeln, Makkaroni,
Kopfsalat oder gemischter Salat.

Zrásy Nelson (VR Polen)

In eine feuerfeste Servierkasserolle angeschwitzte Speckwürfel, feine Zwiebelwürfel, kleinwürflig geschnittene rohe Kartoffeln und rohe Champignonscheiben geben. Kleine Lendenschnitten darauf anrichten, Gargefäß verschließen und alles in der Bratröhre garen. Kurz vor Erreichen des Garpunktes mit Salz und Pfeffer würzen und mit reichlich Rotwein angießen. Alles noch etwas zusammen schmoren lassen. Vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Tomatensalat, marinierte rote Bete, Salatteller.

Zwiebelfleisch

Siehe 8.3. Kurzgebratene Gerichte aus Rindfleisch.

Zwiebelragout, hell

Zwiebelscheiben goldgelb anbraten, gekochte Rindfleischwürfel dazugeben, mit Mehl anstäuben, mit Brühe auffüllen, glattrühren, garen. Zuletzt gedünstete Möhrenscheiben zugeben, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, mit Eigelb und Sahne oder Weißwein legieren.

Beilage: Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Mehlnocken, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, junge Erbsen, Bohnengemüse, gedünsteter Porree, Blumenkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

9.4. Fertige Gerichte aus Kalbfleisch

Gerichte aus Kalbfleisch enthalten eine Komponente, die aus dem Fleisch der Kälber zubereitet wird. Die *Grundzubereitungsarten* sind das *Langzeitbraten* (Langbraten), das *Dünsten,* das *Schmoren,* das *Garziehen.* Da es sich bei Kalbfleisch um Fleisch junger Tiere handelt, sind die Garzeiten relativ kurz. Infolge des geringen Eigengeschmackes werden fertige Fleischkomponenten aus Kalbfleisch meist mit starken Geschmacksträgern zubereitet.
Nach den verwendeten Fleischteilen und den Zubereitungsarten wird bei den *Fleischkomponenten* fertiger Kalbfleischgerichte unterschieden zwischen

Braten (große Braten)	zwei Untergruppen, nämlich a) Mehrportionsstücke, meist ohne Knochen, die durch Langzeitbraten (vorwiegend rosa oder halbrosa gebraten)zubereitet werden, b) Mehrportionsstücke ohne Knochen, die durch Schmoren zubereitet werden,
gargezogene Komponenten	Mehrportionsstücke oder kleinere Stücke, die in Brühe oder Wasser gargezogen und danach meist mit einer aus der dabei entstandenen Brühe gezogenen Soße weiter zubereitet werden,

Schmor- und Dünst-Komponenten	zerkleinertes Kalbfleisch ohne Knochen, das durch Dünsten oder Schmoren gegart und anschließend meist ragoutartig verarbeitet wird.

Von den *Innereien* werden zu fertigen Fleischgerichten vor allem *Hirn, Zunge, Leber, Nieren* und das *Kalbsgekröse* (Magen und Netz) verarbeitet (siehe 9.8. Fertige Gerichte aus Innereien).

Curry von Kalb

Siehe Kalbscurry.

Gefüllte Kalbsbrust

Siehe Kalbsbrust, gefüllt (Grundzubereitung).
Siehe Kalbsbrust, mit Pilzreis gefüllt.

Kalbfleisch, gargezogen

Kochfleisch mit Salzwasser und Lorbeerblatt zunächst ankochen, dann garziehen. Aus der Brühe und heller Mehlschwitze mit Zwiebel Soße herstellen, mit Pfeffer, Salz und gehackter Petersilie abschmecken, das Fleisch in Scheiben schneiden und die Soße darüber geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Butterreis, Risi-Pisi, Pilzreis, Spinat, junge Erbsen, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kalbfleisch in Thunfischsoße (Vitello Tonnato)

Knochenfreies Kalbfleisch in gulaschgroße Würfel schneiden, mit Salzwasser bedeckt gemeinsam mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, das Fleisch anrichten und mit einer Soße aus zerpflücktem Konserventhunfisch, Zitronensaft, Sardellenpaste, Kapern, Öl und zerdrückten, hartgekochten Eiern übergießen.

Beilage: Pommes frites, Strohkartoffeln, Kartoffelkroketten, Kartoffelplätzchen, Risotto, junge Erbsen, Blumenkohl, Möhrengemüse,
Kopfsalat, Mixed Pickles, Gurkensalat, rote Bete, gemischter Salat.

Hinweis: Wird auch als kalte Speise verzehrt. Dann werden als Beilagen Weißbrot und Frischkostsalat gegeben.

Kalbfleischragout mit Gemüsen

Knochenfreies Kalbfleisch in gulaschgroße Stücke schneiden, salzen und pfeffern, anbraten, geraspelte Möhren, Sellerie und Petersiliewurzel zugeben, mit Brühe angießen und garschmoren, mit Mehl leicht binden, mit Rotwein abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Risotto, Butternudeln,
Spinat, Blumenkohl, Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kalbsblankett (Grundzubereitung)

Kalbfleisch (Garguteinheiten von etwa 2 kg) wird in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblättern angekocht und gargezogen. Aus der Brühe und heller Mehlschwitze Soße herstellen, mit Zitronensaft und Salz abschmecken, das Fleisch (in Würfel geschnitten) in der Soße durchziehen lassen, mit Eigelb und Sahne legieren.

Beilage: Butterreis, Risi-Pisi, Risotto, Champignonreis, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei,
Blumenkohl, junge Erbsen, Spinat, Champignons, Kopfsalat, gemischter Salat.



Hinweis: 1. Die Soße kann noch mit Kapern ergänzt werden. 2. Für Kalbsblankett wird heute auch die Bezeichnung Frikassee verwendet. 3. Häufig wird auch das Fleisch bereits roh in Würfel geschnitten.

Kalbsblankett mit Gemüsen

Zubereitung wie Kalbsblankett (Grundzubereitung), jedoch in die Soße noch verschiedene, gedünstete Gemüse geben (z. B. Blumenkohlröschen, junge Erbsen, Möhrenwürfel, Porreestreifen).

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Risotto, Butternudeln,
Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Kalbsbraten

Siehe Kalbsfrikandeau, gespickt.
Siehe Kalbsnierenbraten.
Siehe Kalbsnuß in Sahne, gespickt.
Siehe Kalbsrollbraten, geschmort.
Siehe Paprikakalbsbraten.

Kalbsbrust, gefüllt (Grundzubereitung)

Kalbsbrust auslösen, Tasche in die Kalbsbrust schneiden und trennen, mit einer Hackfleischfüllung nicht zu straff füllen, zunähen, von beiden Seiten anbraten, das Fleisch herausnehmen, im Bratfett die gehackten Knochen und Bratgemüse anbraten, mit braunem Fond ablöschen, reduzieren, die Kalbsbrust darauf geben, erneut mit braunem Fond angießen, Lorbeerblatt zufügen, garschmoren. Den Schmorfond bis zur erforderlichen Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht binden, mit Pfeffer und Salz abschmecken, über die Kalbsbrustscheiben geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Spätzle, Butternudeln, Mischgemüse, Spinat, junge Erbsen, Möhrengemüse, Rotkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Man rechnet eine dicke Scheibe gefüllte Kalbsbrust je Portion.
Die Soße kann auch mit Rotwein abgeschmeckt werden.

Kalbsbrust, geschmort

Kalbsbrust auslösen, pfeffern und salzen, rollen und binden, von allen Seiten anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Tomatenmark und Lorbeerblatt schmoren, mit braunem Fond angießen, reduzieren, mit Mehl anstäuben, in der benötigten Soßenmenge angießen, garschmoren. Die Soße mit saurer Sahne, Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Champignonreis, Butterreis, Mehlklöße, Spinat, junge Erbsen, Bohnengemüse, Mischgemüse, Möhrengemüse, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kalbsbrust, mit Pilzreis gefüllt

Zubereitung wie Kalbsbrust, gefüllt (Grundzubereitung), jedoch eine Fülle aus gedünstetem, bißfestem Reis, Champignonscheiben und gehackter Petersilie verwenden, Schmorfond als Paprikasoße vollenden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Spinat, junge Erbsen, gedünsteter Porree, Rosenkohl, Rotkohl, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Kalbscurry

Gulaschgroß geschnittene Kalbfleischwürfel salzen und pfeffern, auf einen Ansatz aus angeschwitzten Zwiebelwürfeln, die mit wenig Brühe und Curry verrührt sind, geben, dünsten, wenn Flüssigkeit reduziert ist, mit Mehl anstäuben, mit

hellem Fond angießen, glattrühren, Lorbeerblatt, Petersiliestengel und Würfel von säuerlichen Äpfeln zugeben, garen, Fleisch ausstechen, Soße passieren, mit Sahne vollenden, mit Curry und Zitronensaft abschmecken, über die Kalbfleischwürfel geben.

Beilage: Butterreis, Champignonreis, Reiskrusteln, Risi-Pisi, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei,
Butterbohnen, junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Anstelle der säuerlichen Äpfel kann auch ungesüßtes Apfelmus verwendet werden.

Kalbsfrikandeau, gespickt (Grundzubereitung)

Kalbsfrikandeau mit Streifen von Rauchspeck spicken, salzen und pfeffern, von beiden Seiten anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, garschmoren, Fond leicht mit Mehl binden.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Mischgemüse, Kremkarotten, junge Erbsen, Wirsingkohl, Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Das Kalbsfrikandeau wird gebraten meist für kalte Speisen (z. B. kalter Kalbsbraten) verwendet.

Kalbsfrikassee (Grundzubereitung)

Gulaschgroß geschnittene Kalbfleischwürfel salzen und ohne zu bräunen anschwitzen, mit Mehl anstäuben, mit Brühe auffüllen, glattrühren, mit Lorbeerblatt und Petersiliestengeln garen, Fleisch aus der Soße herausnehmen, Soße passieren, mit Zitronensaft und Salz abschmecken, das Fleisch darin durchziehen lassen, mit Eigelb und Weißwein legieren.

Beilage: Butterreis, Risotto, Curryreis, Risi-Pisi, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln.
Blumenkohl, Spargel, Kremchampignons, junge Erbsen, Mischgemüse, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. In Großküchen ist es auch üblich, das Fleisch nach dem Garen getrennt warm zu halten, portionsweise anzurichten und danach zu soßieren.
2. Häufig wird Frikassee – vor allem, wenn eine größere Menge benötigt wird – auch nach der unter Kalbsblankett dargestellten Methode zubereitet.

Kalbsfrikassee mit Klößchen und Spargel

Zubereitung wie Kalbsfrikassee (Grundzubereitung), in die Soße noch gekochte Kalbfleischklößchen und Spargelstücke geben.

Beilage: wie bei Kalbsfrikassee (Grundzubereitung).

Hinweis: Es ist auch üblich, noch gedünstete Champignons in die Soße zu geben.

Kalbshachse, geschmort

Garfertige Kalbshachse salzen und pfeffern, von allen Seiten anbraten, mit wenig Tomatenmark verrührten Fond angießen und schmoren, wenn der Fond heruntergekocht ist, Bratgemüse zugeben und mitschmoren, mit braunem Fond und Lorbeerblatt ergänzen, garschmoren, Fond mit Mehl leicht binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken, Kalbshachse trocken anrichten, Soße extra.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Rotkohl, Mischgemüse, geschmorte Pilze, junge Erbsen, Bayrisch-Kraut, Gurkensalat, Champignonsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Wenn die Kalbshachse ausgelöst angerichtet wird, die Soße über das Fleisch geben.



Kalbskopfragout (Grundzubereitung)

Ausgelösten Kalbskopf gut wässern, in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, in Streifen oder Würfel schneiden, mit einer pikanten, braunen Soße (auch Rotweinsoße) und Thymian zu einem Ragout verarbeiten, mit gedünsteten Champignons und Streifen von gekochter Pökelzunge vermengen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Risotto, Curryreis,
Mischgemüse, gedünsteter Porree, Bohnengemüse, Blumenkohl, Rosenkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Kalbsnierenbraten (Grundzubereitung)

Gewickelten Kalbsnierenbraten salzen und pfeffern, von allen Seiten anbraten, mit wenig Fond angießen, Tomatenmark zugeben, schmoren, Fond immer wieder ergänzen, bis das Fleisch gar ist. Zuletzt Bratgemüse und Lorbeerblatt sowie Piment mitschmoren. Fleisch herausnehmen, Fond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit in Joghurt oder saurer Sahne angerührtem Mehl leicht abziehen, den Kalbsnierenbraten (man rechnet eine dicke Scheibe je Portion) damit soßieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln,
Spinat, junge Erbsen, Butterbohnen, Mischgemüse, Würfelkarotten, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kalbsnierenbraten mit Champignons und Geflügelleber, überbacken

Kalbsnierenbraten wie unter Grundzubereitung dargestellt zubereiten, Kalbsnierenscheiben mit Champignonpüree und rosa gebratener Geflügelleber belegen, mit Käsesoße überziehen, überbacken, trocken anrichten, mit Zitronenspalten garnieren.

Beilage: Kartoffelkroketten, Pommes frites, Würfelkartoffeln, Nußkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle,
Spargel, Blumenkohl, junge Erbsen, Rosenkohl, Mischgemüse, Spinat, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Diese Zubereitung ist gut für den Plattenservice von mehreren Portionen geeignet.
2. Anstelle Champignonpüree können auch Kremchampignons verwendet werden.

Kalbsnuß in Sahne, gespickt

Kalbsnuß mit Rauchspeckstreifen spicken, salzen und pfeffern, von beiden Seiten anbraten, Wurzelgemüse zugeben, mitbraten, langsam braten, wenn das Fleisch gar ist, herausnehmen. Bratensatz mit braunem Fond angießen, abkochen, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Kartoffelbrei, Champignonreis, Butternudeln,
Spinat, junge Erbsen, Mischgemüse, Blumenkohl, Rosenkohl, Möhrengemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kalbspörkölt (Ungarische VR)

Kalbsschulter in gulaschgroße Würfel schneiden, salzen und paprizieren, auf einen Ansatz aus angeschwitzten Zwiebelwürfeln, die mit edelsüßem Paprika und wenig Wasser vermengt sind, geben, schmoren, mit Wasser oder Brühe angießen, langsam garschmoren. Kurz vor dem Garwerden noch Tomatenmark oder Würfel von abgezogenen Tomaten und feine Gemüsepaprikastreifen zufügen, gemeinsam garen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Risi-Pisi, Spätzle, Mehlklöße,
Möhrengemüse, Rosenkohl, Spinat,

Bohnengemüse, Mischgemüse, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Wenn das Pörkölt nicht genug gebunden ist, kann noch mit etwas Mehl gebunden werden.

Kalbsragout, fein (Ragout fin)

Kalbfleisch in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, erkaltet in haselnußgroße Würfel schneiden, mit einer hellen Kalbfleischsoße binden, gedünstete Champignonscheiben untermengen, aufkochen, mit Zitronensaft abschmecken, mit Eigelb und Weißwein legieren, durchziehen lassen, ohne aufzukochen.

Beilage: Butterreis, Curryreis, Kartoffelbrei, junge Erbsen, Spargel, Blumenkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Kalbsragout, fein, wird selten als Gericht angeboten. Es wird vor allem für warme Vorspeisen und Imbisse verwendet (z. B. Pastete mit feinem Ragout oder feines Ragout, überbacken).

Kalbsragout mit Champignons und Zwiebelchen

Gulaschgroß geschnittenes, knochenfreies Kalbfleisch mit Knoblauchsalz und Paprika würzen, anbraten, mit Zwiebelwürfeln schmoren, Tomatenmark zugeben, gemeinsam schmoren, mit Weißwein angießen, reduzieren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond auffüllen, Lorbeerblatt zufügen, glatt rühren, garen. Mit Zitronensaft, Salz und edelsüßem Paprika abschmecken, beim Anrichten mit gedünsteten Champignons und glasierten Zwiebeln umlegen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbällchen, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Butterreis, Spätzle, Mehlklöße, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Kalbsröllchen

Siehe Kalbsroulade.

Kalbsrollbraten, geschmort

Kalbsschulter ohne Knochen pfeffern und salzen, rollen und binden. Von allen Seiten anbraten, Bratgemüse und Tomatenmark zugeben, gemeinsam schmoren, mit wenig braunem Fond angießen, garschmoren, Fond bis zur gewünschten Soßenmenge ergänzen, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Mischgemüse, Möhrengemüse, junge Erbsen, Blumenkohl, Spinat, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kalbsroulade

Kalbsschnitzel klopfen, salzen und pfeffern, mit einer Scheibe magerem Speck belegen, mit pikanter Hackmasse bestreichen, rollen, zusammenstecken, anbraten, mit Zwiebelwürfeln und Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, garschmoren. Kalbsroulade aus dem Fond nehmen, Fond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Spätzle, Butternudeln, Risotto, Mehlklöße,
junge Erbsen, Mischgemüse, Rosenkohl, Möhrengemüse, Butterbohnen, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kalbsroulade mit Ei

Kalbsschnitzel klopfen, salzen und pfeffern, mit einer Scheibe Kochschinken und einem gekochten Ei belegen, rollen, zusammenstecken, in Rotweinsoße garschmoren.



Beilage: Kartoffelkroketten, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Curryreis, Champignonreis,
junge Erbsen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Blumenkohl, gedünsteter Porree, gemischter Salat.

Hinweis: Beim Anrichten kann die Kalbsroulade halbiert werden, um die dekorative Füllung zu zeigen.

Kalbssahnegulasch

Kalbfleisch gulaschgroß schneiden, salzen, paprizieren, auf angeschwitzte Zwiebelwürfel geben, mit wenig Wasser angießen, dünsten, bis Flüssigkeit reduziert ist, mit wenig Tomatenmark und zerquetschtem Knoblauch schmoren, angießen und garschmoren, Fond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit in saurer Sahne oder Kondensmilch angerührtem Mehl binden, mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Mehlklöße, Mehlnocken, Spätzle, Butternudeln, Kartoffelklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei,
Blumenkohl, Möhrengemüse, junge Erbsen, Bayrisch-Kraut, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, in den Gulasch noch kleine Mehlklößchen zu geben.

Kalbsschmorbraten

Bratenfleisch (Garguteinheiten von 2···3 kg) salzen und pfeffern, von allen Seiten anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Tomatenmark und wenig braunem Fond schmoren, wenn reduziert, erneut angießen und garschmoren. Fleisch herausnehmen, Fond bis zur gewünschten Soßenmenge verlängern, mit Mehl leicht abziehen, passieren, mit Rotwein, Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln,
Mischgemüse, Blumenkohl, Rosenkohl, Möhrengemüse, Bohnengemüse, Bohnensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Das Fleisch kann vor dem Schmoren auch noch mit Rauchspeckstreifen gespickt werden.

Kalbsschulter, geschmort

Siehe Kalbsrollbraten, geschmort.

Kalbswickelbraten

Siehe Kalbsrollbraten, geschmort.

Majorankalbfleisch

Kalbfleisch in gulaschgroße Würfel schneiden, salzen und pfeffern, anbraten, mit feinen Zwiebelwürfeln weiterbraten, mit Mehl bestäuben, Majoran dazugeben, mit Brühe angießen, glattrühren, garen. Mit Zitronensaft und Salz abschmecken, auf körnig gekochtem Reis anrichten.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Blumenkohlsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Paprikakalbsbraten

Gerollte und gebundene Kalbsschulter oder Kalbsbrust salzen und paprizieren, von allen Seiten anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, garschmoren. Aus dem Schmorfond mit Würfeln von magerem Speck Paprikasoße herstellen, mit saurer Sahne und Zitronensaft abschmecken und über den in Scheiben geschnittenen Braten geben.

Beilage: Butterreis, Risi-Pisi, Champignonreis, Spätzle, Mehlklöße, Kartoffelklöße, Kartoffelbällchen, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln,
Mischgemüse, Bohnengemüse, Bayrisch-

Kraut, Rosenkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Pörkölt vom Kalb (Ungarische VR)

Siehe Kalbspörkölt.

Ragout fin

Siehe Kalbsragout, fein.

Vitello Tonnato (Italien)

Siehe Kalbfleisch in Thunfischsoße.

9.5. Fertige Gerichte aus Hammelfleisch

Fertige Gerichte aus Hammelfleisch (richtiger Schaffleisch) enthalten eine Fleischkomponente, die aus dem Fleisch von Schafen oder Lamm zubereitet ist. Bei Hammelfleisch handelt es sich um das Fleisch der zwei- bis dreijährigen Tiere mit ausgeprägtem charakteristischem Eigengeschmack. Lammfleisch hingegen ist das Fleisch der Jungtiere, das schneller gart und von geringerem Eigengeschmack ist. Das Fleisch der älteren Tiere wird fast ausnahmslos *geschmort* oder *gekocht* (z. B. Hammelkeule, gekocht). Nach den verwendeten Fleischteilen und den Zubereitungsarten ist bei den *Fleischkomponenten* fertiger Hammel- oder Lammfleischgerichte zu unterscheiden zwischen

Braten (große Braten)	eigentlich Schmorbraten, Mehrportionsstücke, meist ohne Knochen, die durch Schmoren gegart werden und deren Schmorfond zur Soße zubereitet wird,
Kochfleisch	Mehrportionsstücke mit oder ohne Knochen, die durch Kochen gegart werden und deren Kochbrühe Grundlage der Soße ist. Gekochtes Hammelfleisch ist auch Einlage für Eintopfgerichte (siehe dort),
kleine Schmorkomponenten	Portionsstücke mit oder ohne Knochen oder noch kleinere Fleischstücke, die durch Schmoren gegart und häufig als Ragout zubereitet werden.

An *Innereien* werden vor allem *Leber* und *Zunge* verarbeitet, sie werden jedoch meist mit anderen Fleischstücken kombiniert.

Hammelbraten

Siehe Hammelkeule, geschmort.
Siehe Hammelschulter, geschmort.

Hammelcurry

Hammelfleisch ohne Knochen in gulaschgroße Würfel schneiden, salzen und mit Curry würzen, auf einen Ansatz von goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, dünsten, Würfel von säuerlichen Äpfeln und Wasser zugeben, garen. Mit in Sahne oder Kondensmilch angerührtem Mehl binden, mit Curry und Zitronensaft sowie Salz abschmecken.

Beilage: Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kartoffelbällchen,



Bohnengemüse, Wirsingkohl, Rosenkohl, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hammeldünnung mit Kapern

Hammeldünnung in Salzwasser mit Zwiebeln und Lorbeerblättern kochen, aus der Brühe und heller Mehlschwitze Soße bereiten, mit Kapern, Salz, Zitronensaft und wenig Knoblauchpulver abschmecken. Hammelfleisch in Scheiben anrichten, mit der Kapernsoße überziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Mehlklöße, Kartoffelbällchen, Risotto, Bohnengemüse, Porreegemüse, Zwiebelgemüse, Wirsingkohl, Mischgemüse, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hammelfleisch, gekocht, mit Petersiliesoße (Koyun Eti Haslamasi, Maydanoz Salca)

Hammelfleisch in Salzwasser mit Lorbeerblättern, Pfefferkörnern und Nelken garen. Aus der Kochbrühe und heller Mehlschwitze Soße herstellen, mit viel gehackter Petersilie, Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken und über das in Scheiben geschnittene Fleisch geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße,
Mischgemüse, Möhrengemüse, Bohnengemüse, gedünsteter Porree, Kopfsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hammelfleisch in Kümmelsoße (Kümmelfleisch)

Hammelfleisch mit oder ohne Knochen in Salzwasser mit Suppengemüse und reichlich Kümmel kochen, die Brühe passieren, mit in Sahne oder Kondensmilch angerührtem Mehl binden, die Soße über das in Scheiben geschnittene Fleisch geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Bohnengemüse, Mischgemüse, Porreegemüse, Bayrisch-Kraut, Bohnensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, das Fleisch bereits in rohem Zustand in gulaschgroße Würfel zu schneiden und nach dem Garen mit der Kümmelsoße als Ragout zu binden.

Hammelgulasch

Gulaschgroße Hammelfleischstücke salzen, paprizieren und auf einen Ansatz von goldgelb angeschwitzten Zwiebelscheiben geben, mit Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond wenig angießen, reduzieren, erneut angießen und garschmoren, Fond bis zur benötigten Soßenmenge auffüllen, mit Mehl binden, mit Salz und edelsüßem Paprika abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Semmelklöße, Spätzle, Butternudeln, Risotto, Mischgemüse, Bohnengemüse, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Sauerkraut, Porreegemüse, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hammelkeule, gekocht

Hammelkeule in Salzwasser mit Wurzelgemüse, Lorbeerblättern und Pfefferkörnern garen, aus der Kochbrühe, Mehlschwitze und gewürfelten Zwiebeln eine helle Zwiebelsoße zubereiten. Beim Anrichten die Scheiben der Hammelkeule mit gedünsteten Möhren- und Selleriescheiben umlegen und mit der Zwiebelsoße überziehen.

Beilage: Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Mischgemüse, Bohnengemüse, Möhrengemüse, Bayrisch-Kraut, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hammelkeule, geschmort

Hohl ausgelöste Hammelkeule salzen und pfeffern, von allen Seiten anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, kurz mit Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, Lorbeerblatt, Thymian, Pfefferkörner und zerquetschte Knoblauchzehe (oder Knoblauchpulver) zugeben, schmoren und reduzieren, erneut angießen und garschmoren. Fond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Semmelklöße,
gedünsteter Porree, Butterbohnen, Bayrisch-Kraut, Kümmelkraut, Mischgemüse, Rotkohl, gemischter Salat.

Hammelkümmelfleisch

Siehe Hammelfleisch in Kümmelsoße.

Hammelragout (Grundzubereitung)

Gulaschgroße Stücke knochenfreien Hammelfleisches oder auch Stücke von Hammelbrust mit Knochen salzen und pfeffern, anbraten, mit Zwiebelwürfeln schmoren, mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond angießen, glattrühren, Lorbeerblatt und fein gehackten Kümmel zugeben, garen. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und wenig Knoblauchpulver abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße,
Mischgemüse, Bohnengemüse, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hammelragout, jugoslawisch (Kapama)

Hammelfleisch in gulaschgroße Stücke schneiden, salzen, mehlieren und von allen Seiten hellbraun anbraten. Außerdem viel würflig geschnittene Zwiebel in Hammeltalg anbraten und dann zu dem Fleisch geben, mit Wasser oder Brühe angießen, halbgar schmoren. Geputzte, gewaschene und gut abgetropfte Spinatblätter dazugeben (in der Menge etwa ein Drittel der Fleischmenge) und alles einige Minuten dünsten, mit Pfeffer und Salz nachwürzen und garschmoren. Das fertige Gericht soll nicht mehr viel Fond aufweisen.

Beilage: Weißbrot, Risotto, Butterreis, Kartoffelbrei.

Hinweis: Beim Anrichten mit saurer Sahne beträufeln oder etwas saure Sahne extra geben.

Hammelragout mit Curry

Gulaschgroß geschnittenes Hammelfleisch mit Speckwürfeln anbraten, salzen und mit Curry anstäuben, Trockenpilze zugeben, mit wenig Brühe angießen, schmoren, erneut angießen und garen. Kurz vor Garwerden des Fleisches Scheiben von säuerlichen Äpfeln und eingeweichten Rosinen zugeben und gemeinsam garen. Mit Mehl leicht binden, mit Zitronensaft, Salz und Curry abschmecken.

Beilage: Risotto, Butterreis, Risi-Pisi, Pilzreis, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Semmelklöße, Mehlklöße,
Mischgemüse, grüne Bohnen, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Porreegemüse, Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hammelragout mit Gemüsen (Navarin de mouton)

Gulaschgroße Stücke von Hammelfleisch salzen und pfeffern, anbraten, mit Tomatenmark und zerquetschtem Knoblauch schmoren, mit braunem Fond oder Brühe angießen, Lorbeerblatt zugeben, garen. Leicht mit Mehl binden, gedünstete, junge Erbsen, Möhrenwürfel und Bohnenkerne untermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße,
Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Zwiebelsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hammelrollbraten

Siehe Hammelschulter, gerollt.

Hammelschnitzel, geschmort

Hammelschnitzel (aus der Keule geschnitten) klopfen, salzen und pfeffern, von beiden Seiten anbraten, auf goldgelb angeschwitzte Zwiebelscheiben geben, mit tomatisiertem, braunem Fond und wenig Knoblauchpulver ergänzen, garschmoren.

Beilage: Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Zwiebelkartoffeln, Würfelkartoffeln, Mischgemüse, gedünsteter Porree, Speckbohnen, Bayrisch-Kraut, Zwiebelgemüse, Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hammelschulter, geschmort

Hammelschulter auslösen, salzen und pfeffern, rollen und binden. Von allen Seiten anbraten, Bratgemüse zufügen und mitbraten, mit Tomatenmark schmoren, braunen Fond, gehackten Kümmel, Knoblauchpulver und Lorbeerblatt zugeben und garschmoren. Den Fond leicht mit Mehl binden und über die in Scheiben geschnittene Hammelschulter geben.

Beilage: Kartoffelklöße, rohe Klöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Rotkohl, grüne Bohnen, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Porreegemüse, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hammelzwiebelfleisch

Gulaschgroße Stücke von Hammelschulter oder -dünnung in Salzwasser mit reichlich Zwiebelscheiben, gehacktem Kümmel, Pfeffer und Salz garen. Den Fond leicht mit Mehl binden und mit Joghurt abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln,
Bohnengemüse, Bayrisch-Kraut, Kümmelkraut, Mischgemüse, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Kapama (Jugoslawien)

Siehe Hammelragout, jugoslawisch.

Koyun Eti Haslamasi, Maydanoz Salca (Orient)

Siehe Hammelfleisch, gekocht, mit Petersiliesoße.

Kümmelfleisch

Siehe Hammelfleisch in Kümmelsoße.

Lammbrust, überbacken

Lammbrust in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt kochen, in Scheiben schneiden, in ein gefettetes, feuerfestes Gefäß geben, salzen, pfeffern, mit Zitronensaft beträufeln und mit einer Masse aus Reibekäse und zerquirltem Ei bestreichen, überbacken.

Beilage: Kartoffelbällchen, Schinkenreis, Champignonreis, Schinkenspaghetti, Bratkartoffeln,
Tomatensalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Krautsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Lammkeule in Paprikasoße (Paprikalammfleisch)

Gulaschgroße Würfel von Lammkeule salzen und paprizieren, auf einen Ansatz

von goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, dünsten, mit Brühe angießen, mit edelsüßem Paprika bestreuen, garschmoren. Schmorfond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht abziehen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, mit verquirltem Joghurt vollenden.

Beilage: Kartoffelbällchen, Mehlklöße, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Risi-Pisi, Butterreis, Spätzle, Butternudeln, Mischgemüse, Möhrengemüse, Rosenkohl, Butterbohnen, Kopfsalat, Bohnensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Navarin de mouton (Frankreich)

Siehe Hammelragout mit Gemüsen.

Paprikalammfleisch

Siehe Lammkeule in Paprikasoße.

9.6. Fertige Gerichte aus Kaninchenfleisch

Fertige Gerichte aus Kaninchenfleisch enthalten eine Fleischkomponente (Fleisch-Soße-Komponente), die aus dem Fleisch der Hauskaninchen (Schlachtkaninchen) hergestellt ist. Durch industriemäßige Methoden und verstärkte Haltung von Hauskaninchen hat sich das zarte, weiße und wohlschmeckende Kaninchenfleisch zunehmend auch in der gesellschaftlichen Speisenwirtschaft einen Platz erobert. Es kann sehr vielfältig verarbeitet werden. Die *Hauptzubereitungsart* ist das *Schmoren* im ganzen oder in einzelnen Teilen (Kaninchenkeule, Kaninchenrücken) bzw. Zubereitung als kleines Schmorgericht (Kaninchengulasch, Kaninchenpfeffer). Kaninchenfleisch eignet sich aber auch zum *Grillen,* kann *gedünstet* oder *gargezogen* werden.
An *Innereien* werden vor allem die *Leber* sowie das *Herz* (meist zur Suppenherstellung) verwendet.

Kaninchenfilet in Champignonrahm

Rückenfilets auslösen, salzen und pfeffern, von allen Seiten goldgelb anbraten, Zwiebelwürfel zufügen und mitanschwitzen, mit Champignonfond und Brühe angießen, garschmoren. Den Fond mit heller Mehlschwitze zu Soße verarbeiten, mit gedünsteten Champignons vermengen, mit saurer Sahne und Zitronensaft sowie Pfeffer abschmecken. Das Filet schräg in Scheiben schneiden und mit der Soße übergießen.

Beilage: Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Spätzle,
grüne Erbsen, Würfelkarotten, Butterbohnen, Spinat, Mischgemüse, Blumenkohl, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kaninchenfrikassee I

Entbeintes Kaninchenfleisch grob würfeln, in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, aus dem Fond und Mehlschwitze mit Zwiebel helle Soße herstellen, passieren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, das Kaninchenfleisch, gedünstete Champignonscheiben und Blumenkohlröschen hineingeben und durchziehen lassen.

Beilage: Butterreis, Risi-Pisi, Schinkenreis, Risotto, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln,



Grünspargel, junge Erbsen, Butterkarotten, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Das Frikassee kann noch mit Eigelb und Weißwein legiert werden.

Kaninchenfrikassee II

Kaninchen zerlegen (etwa zwei bis drei Stücke sollen eine volle Portion ergeben), salzen und pfeffern, mehlieren, leicht anschwitzen, ohne Farbe nehmen zu lassen. Mit Mehl anstäuben, mit Brühe auffüllen, Lorbeerblatt und etwas Weißwein zugeben, glattrühren, garen. Die Soße mit Eigelb und Sahne legieren, mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Butterreis, Risotto, Champignonreis, Risi-Pisi, Curryreis, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Blumenkohl, Buttererbsen, Butterbohnen, Würfelkarotten, Champignons, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Kaninchen, grilliert

Kaninchenrücken und -keulen (am Gelenk einschneiden) mit Speck bardieren, auf dem Grillrost langsam grillen, falls notwendig, während des Grillens immer wieder leicht mit Fett bepinseln. Die Speckscheiben entfernen, Kaninchen trocken anrichten und mit grillierten Scheiben von magerem Speck sowie gebackener Petersilie und grillierter Tomate umlegen. Tomatenketchup oder Curryketchup extra.

Beilage: Strohkartoffeln, Pommes frites, Würfelkartoffeln, Bratkartoffeln, Spätzle, Blumenkohl, Spargel, Champignons, Spinat, Kremkarotten, Butterbohnen, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Kaninchengulasch (ČSSR)

Ausgebeintes Kaninchenfleisch würfeln, salzen und paprizieren, auf angeschwitzte Zwiebelwürfel geben, mit Tomatenmark und wenig Brühe schmoren, wenn reduziert, mit edelsüßem Paprika anstäuben, mit Brühe angießen, Lorbeerblatt zugeben, garen. Mit in saurer Sahne oder Joghurt verquirltem Mehl binden, mit Knoblauch leicht aromatisieren, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Mehlklöße, Mehlnocken, Semmelklöße, Kartoffelklöße, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Butternudeln, Spätzle, Rotkohl, Weinkraut, Bayrisch-Kraut, Mischgemüse, Möhrengemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Kaninchen in Sahne I

Portionsstücke von Kaninchen mit Pfeffer, Zitronensaft, Lorbeerblatt und gehackter Petersilie marinieren, abtropfen, goldgelb von allen Seiten anbraten, saure Sahne und braunen Fond angießen, garschmoren. Fond mit Mehl leicht binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße,
Mischgemüse, junge Erbsen, Möhrengemüse, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Kaninchen in Sahne II

Garfertiges Kaninchen ein bis zwei Tage in Buttermilch einlegen, abtropfen, Gelenkknochen der Keulen brechen und übereinander kreuzen, mit mageren Speckwürfeln in Bratpfanne geben, mit Fett bestreichen, in heißer Bratröhre bei häufigem Begießen mit Bratensaft bräunen, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit saurer Sahne und Wasser angießen, bei häufigem Begießen

garen. Soßenfond ergänzen bis zur benötigten Menge, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Pfeffer und Salz abschmecken, Kaninchen portionieren, Soße extra.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Semmelklöße, Kartoffelbrei, Spätzle, Rotkohl, Rosenkohl, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Mischgemüse, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Kaninchenkeule, geschmort

Kaninchenkeule am Gelenkknochen brechen, salzen, pfeffern, von beiden Seiten anbraten, Bratgemüse und Tomatenmark zugeben, schmoren, mit braunem Fond und Lorbeerblatt angießen, garschmoren, Fond mit angerührtem Mehl binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße,
Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Sauerkraut, Rosenkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kaninchenkeule, gespickt

Zubereitung wie Kaninchenrücken, gespickt (siehe dort).

Beilage: wie Kaninchenrücken, gespickt.

Kaninchenkeule in Paprikasahne

Kaninchenkeule salzen und paprizieren, mit Würfeln von magerem Speck anbraten, Zwiebelwürfel zufügen und mitbraten, mit Pritamin (Paprikamark, Import aus der Ungar. VR) schmoren, mit braunem Fond angießen, mit edelsüßem Paprika verrühren und garschmoren. Fond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden.

Beilage: Kartoffelklöße, Mehlklöße, Semmelklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Butternudeln,
Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Rosenkohl, Wirsingkohl, Mischgemüse, junge Erbsen, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kaninchenkeule «Stolitschnij» (Sowjetunion)

Das ausgelöste Fleisch der Kaninchenkeule leicht klopfen, salzen und pfeffern, mehlieren, durch zerrührtes Ei ziehen und mit in dünne Streifen geschnittenem Weißbrot panieren. Knusprig von beiden Seiten braten. Beim Anrichten mit frischer Butter und säuerlich eingelegten Früchten garnieren.

Beilage: Bratkartoffeln, Pommes frites, grüne Erbsen, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kaninchenläufchen, geschmort

Kaninchenläufchen salzen und pfeffern, mit mageren Speckwürfeln anbraten, Zwiebelwürfel und Tomatenmark sowie Lorbeerblatt zugeben, schmoren, mit Rotwein und braunem Fond angießen, garschmoren. Fond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht abziehen, mit Rotwein, Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Butternudeln, Risi-Pisi, Risotto, Rotkohl, Rosenkohl, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, Gurkensalat, Tomatensalat, Kopfsalat.

Kaninchenläufchen in Dill

Kaninchenläufchen in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, aus der Kochbrühe und heller Mehlschwitze Soße herstellen, passieren, mit saurer Sahne, Pfeffer und Salz sowie viel feingeschnittenem Dill abschmecken, über die Läufchen geben.

Beilage: Risi-Pisi, Schinkenreis, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Kartoffelbrei, Mehlklöße,



Buttererbsen, Butterbohnen, Möhrengemüse, Mischgemüse, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kaninchenläufchen in Rotwein (Frankreich)

Kaninchenläufchen in Rotweinmarinade mit Lorbeerblatt und Pfefferkörnern einlegen, abtropfen, mit Würfeln von magerem Speck anbraten, Zwiebelwürfel und Tomatenmark zugeben, schmoren, mit Wasser und Marinade angießen, garschmoren, Fond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht binden, passieren, mit Rotwein, Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Kartoffelbällchen, Kartoffelkroketten, Butterreis, Risotto, Blumenkohl, Spinat, Mischgemüse, Möhrengemüse, junge Erbsen, Butterbohnen, Gurkensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Hinweis: In gleicher Weise können auch Kaninchenkeulen zubereitet werden.

Kaninchenläufchen in Tomatenrahmsoße

Kaninchenläufchen in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, Würfel von magerem Speck und Zwiebelwürfeln anschwitzen, Tomatenwürfel oder Tomatenmark zufügen, schmoren, mit Mehl anstäuben, mit der Kochbrühe auffüllen, glattrühren, durchkochen, passieren, mit saurer Sahne, Salz und edelsüßem Paprika abschmecken. Über die Kaninchenläufchen geben.

Beilage: Butternudeln, Schinkenspaghetti, Makkaroni, Butterreis, Kartoffelbrei, Spätzle, Mehlklöße,
Butterbohnen, junge Erbsen, Mischgemüse, Porreegemüse, Gurkensalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Man rechnet je nach Größe ein bis zwei Läufchen je Portion.

Kaninchen mit Backpflaumen

Kaninchen in passende Stücke zerlegen (man rechnet ein bis zwei Stücke je Portion), in leichte Essigmarinade mit Suppengemüse einlegen, abtropfen, von allen Seiten anbraten, mit Mehl anstäuben, mit Brühe und Marinade (nach Geschmack) angießen, glatt rühren, garen. Kurz vor Garwerden des Fleisches eingeweichte und entsteinte Backpflaumen zufügen und gemeinsam garen, Soße mit Salz, Pfeffer und Johannisbeergelee abschmecken.

Beilage: Kartoffelklöße, Kartoffelbällchen, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Mischgemüse, junge Erbsen, Möhrengemüse, Porreegemüse, Wirsingkohl, Weinkraut, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kaninchen mit Oliven in Weißwein

Kaninchen in passende Stücke zerlegen, mit Zwiebelwürfeln, Öl, Salz, Pfeffer und Zitronensaft einige Stunden marinieren, abtropfen, mehlieren, von beiden Seiten goldgelb anbraten. Auf einen Ansatz aus angeschwitzten Auberginenwürfeln (es können auch Auberginen aus der Konserve, Import aus der SR Rumänien, verwendet werden), Tomatenwürfeln oder Tomatenmark, Oliven, etwas zerquetschtem Knoblauch, Lorbeerblatt und Thymian geben, mit Weißwein und Wasser angießen, garschmoren. Der Ansatz ergibt eine leicht gebundene Soße, in der die Kaninchenportionen angerichtet werden.

Beilage: Risotto, Risi-Pisi, Schinkenreis, Champignonreis, Butterreis, Spätzle, Butternudeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen,
Mischgemüse, Möhrengemüse, junge Erbsen, junge Bohnen, Rosenkohl, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kaninchenpfeffer

Läufchen, Bauchklappen und dgl. salzen, pfeffern, mit Mehl anstäuben, von allen Seiten anbraten, Zwiebelwürfel, zerquetschten Knoblauch und feine Möhren- und Selleriewürfel zufügen und mitschmoren, mit Rotwein, Wasser, Lorbeerblatt und Thymian ergänzen, garschmoren. Schmorfond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht abziehen, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Mischgemüse, Möhrengemüse, Rosenkohl, Grünkohl, Wirsingkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kaninchenpörkölt (Ungarische VR)

Läufchen und Bauchlappen in Stücke schneiden, auf einen Ansatz von angebratenen Speck- und Zwiebelwürfeln, mit Weißwein abgelöscht und mit Tomatenmark geschmort, geben, salzen, pfeffern, mit verriebenem Bohnenkraut würzen, mit etwas Wasser oder Brühe angießen und garschmoren, wenn Flüssigkeit reduziert, immer wieder ein wenig angießen, Schmorfond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit in saurer Sahne oder Joghurt verquirltem Mehl abziehen, mit Zitronensaft und Salz abschmecken.

Beilage: Risotto, Butterreis, Risi-Pisi, Schinkenreis, Champignonreis, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Salzkartoffeln, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Sauerkraut, Mischgemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kaninchenragout mit Gemüsen

Kaninchen zerlegen, pfeffern und salzen, mit mageren Speckwürfeln anbraten, Zwiebelwürfel und feine Würfel von Möhre, Sellerie und Petersiliewurzel mitanschwitzen, mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond angießen, Lorbeerblatt zufügen und garen. Gedünstete, junge Erbsen, Champignons und Lauchstreifen zufügen, mit Mehl leicht abziehen, mit Salz und Muskat abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Spätzle,
Kopfsalat, Chicoréesalat, Gemüsepaprikasalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Das Gericht kann auch nur aus Läufchen und Bauchlappen zubereitet werden.

Kaninchenrollbraten (Kaninchenwickelbraten)

Kaninchen entbeinen, ausbreiten, leicht klopfen, salzen und pfeffern, mit Streifen oder Scheiben von Schweinebauch belegen, rollen und binden, von allen Seiten anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten. Mit Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, garschmoren, Schmorfond bis zur gewünschten Soßenmenge auffüllen, mit Mehl leicht abziehen, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbällchen, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Spätzle,
Mischgemüse, junge Erbsen, Möhrengemüse, Rotkohl, Sauerkraut, Weinkraut, Rosenkohl, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Soße kann auch als Sahnesoße oder als Rotweinsoße vollendet werden.

Kaninchenrücken, gespickt

Kaninchenrücken mit Streifen von Rauchspeck spicken, salzen und pfeffern, von allen Seiten goldgelb anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit braunem Fond angießen, garschmoren, Fond bis zur



benötigten Soßenmenge abschmecken, Rücken portionieren und mit der Soße übergießen.

Beilage: Mehlklöße, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Spätzle,

Mischgemüse, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Sauerkraut, Pilze, gemischter Salat.

Kaninchenwickelbraten

Siehe Kaninchenrollbraten.

9.7. Fertige Gerichte aus Hackfleisch

Fertige Gerichte aus Hackfleisch enthalten eine Fleischkomponente aus geschmorten oder gargezogenen (sog. gekochten) Hackfleischzubereitungen. Dazu zählen auch solche Zubereitungen, bei denen das Hackfleisch als Füllung dient, aber wesentlich den Charakter der Komponente bestimmt (z. B. gefüllte Kohlrouladen, gefüllte Tomaten). Die Hackfleischzubereitung kann aus Hackfleisch einer Schlachttierart (z. B. Rinder- oder Schweinehackfleisch) oder auch vermengt aus dem mehrerer Schlachtfleischarten (z. B. Rinder- und Schweinehackfleisch) bestehen.
In großer Vielzahl werden Hackfleischzubereitungen auch für kurzgebratene Hackfleischkomponenten verwendet (siehe auch Abschnitt 8.6. Kurzgebratene Gerichte aus Hackfleisch und Wurst).
Für die Bindung der Hackmassen wurde Weißbrot angegeben. Es sind auch andere Bindemittel möglich (z. B. Eiklar, Vollsoja).

Ardei Umpluti

Siehe Gefüllte Gemüsepaprikas, rumänisch.

Bratklopse, geschmort

Klopse aus Hackmasse (zur Hälfte Rinderhack- und zur Hälfte Schweinehackfleisch für die Masse verwenden) flach drücken, von beiden Seiten rasch anbraten, auf einen Ansatz aus Speckwürfeln, Gemüsepaprikastreifen und Tomatenwürfeln geben, mit braunem Fond angießen, garschmoren, mit in saurer Sahne oder Joghurt angerührtem Mehl binden, mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Salzkartoffeln, Spätzle, Butternudeln, Makkaroni, Risotto,
Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Rotkohl, Weinkraut, Wirsingkohl, Grünkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Bratklopse in pikanter Soße

Klopse (aus Rinder- und Schweinehackfleisch) flach drücken, von beiden Seiten scharf anbraten, mit feinen Zwiebelscheiben, Tomatenwürfeln, Delikateßgurkenstreifen und Streifen von mariniertem Gemüsepaprika dünsten, mit brauner Soße angießen, garschmoren. Mit Senf, edelsüßem Paprika und Salz abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Zwiebelbratkartoffeln, Spätzle, Risotto,
Mischgemüse, Möhrengemüse, Porreegemüse, Bohnengemüse, Sauerkraut, Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Bratklopse, rumänisch (Chiftelute Marinate)

Hackmasse (halb Schweine- und halb Rinderhackfleisch) reichlich mit gehackter Petersilie und Dill würzen und kleine,

flache Bratklopse (etwa 50 g) daraus formen. Mehlieren und von beiden Seiten anbraten, dann mit einer würzig abgeschmeckten braunen Soße mit Weinessig und Lorbeerblatt garschmoren.

Beilage: Weißbrot, dicker Maisbrei, Risotto, Butterreis,
gemischter Salat, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat.

Bratklopse in Tomatensoße (Tefteli)

Aus Rinderhackmasse (Rinderhackfleisch mit in Milch geweichtem Weißbrot, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Pfeffer und Salz) Klopse formen, etwas flach drücken, von beiden Seiten anbraten, mit Tomatensoße angießen, mit edelsüßem Paprika und zerdrücktem Knoblauch (oder wenig Knoblauchpulver) abschmecken, garschmoren.

Beilage: Butterreis, Risi-Pisi, Schinkenreis, Butternudeln, Spätzle, Makkaroni, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln,
Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Chicoréesalat, Selleriesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Man kann auch zwei kleine Klopse für eine Portion geben.

Chiftelute Marinate (SR Rumänien)

Siehe Bratklopse, rumänisch.

Chinakohlroulade

Chinakohl blanchieren, Blätter ausbreiten, salzen und pfeffern, mit Hackmasse bestreichen, rollen und zusammenstecken, in gefettete Pfanne geben, mit Paprikasoße angießen, garen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Béchamelkartoffeln, Risotto,
Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Falscher Hase

Siehe Speckhackbraten.

Fleischklößchen mit Tomatensoße (Koeftesi Domates Salca)

Aus Rinder- und Hammelhackfleisch (je zur Hälfte), zerquirltem Ei, Reibebrot, gehackten, frischen Pfefferminzblättern, Salz und Pfeffer geschmeidige Hackmasse bereiten. Bratklopse daraus formen, von beiden Seiten rasch anbraten, mit Tomatensoße (mit Knoblauch abgeschmeckt) bedecken, aufkochen und ziehen lassen.

Beilage: Risotto, Risi-Pisi, Mehlnocken, Mehlklöße, Kartoffelbällchen, Kartoffelbrei,
Kopfsalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Gefüllte Gemüsepaprikas, rumänisch (Ardei Umpluti)

Gemüsepaprikas putzen, waschen und mit Hackmasse füllen. Die Hackmasse wird aus einem Viertel Rinderhack- und drei Vierteln Schweinehackfleisch sowie angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Eiern, Pfeffer, Salz, Muskat, gehackter Petersilie, feingeschnittenem Dill und etwas blanchiertem Reis zubereitet. Die so vorbereiteten Paprikas werden zunächst von allen Seiten angebraten, dann in ein Schmorgefäß gegeben, mit Tomatensoße angegossen und gargeschmort.

Beilage: Weißbrot, Risotto, Maisbrei, Pommes frites.

Hinweis: Beim Servieren wird saure Sahne extra dazu gereicht.

Golubzy (Sowjetunion)

Siehe Krautrollen, mit Reisfleisch gefüllt.

Hachis Parmentier (Schweiz)

Siehe Hackfleischauflauf.



Hackbraten mit Ei

Aus Hackmasse Laibe formen (etwa 1 · · · 1,5 kg), etwas flach drücken, in die Mitte geschälte, gekochte Eier in eine Reihe legen, die Hackmasse von beiden Seiten darüberschlagen, wieder zum Laib formen. In gefettete Bratpfanne einsetzen, in der Bratröhre langsam braten, wenn erforderlich, wenig angießen, Hackbraten aus der Pfanne nehmen, Bratensatz anstäuben, mit braunem Fond angießen, durchkochen, mit saurer Sahne, Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Den Hackbraten in Scheiben schneiden, mit der Soße übergießen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Butternudeln, Risotto,
junge Erbsen, Butterbohnen, Mischgemüse, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Anstelle der gekochten Eier kann zur Füllung auch Rührei verwendet werden.

Hackfleischauflauf (Hachis Parmentier)

Fleischreste mit Zwiebel wolfen, in Butter anschwitzen und mit Pfeffer, Majoran, Thymian und Basilikum abschmecken, mit heißer brauner Soße angießen, durchziehen lassen ohne aufzukochen. In ein feuerfestes, gefettetes Gefäß eine Schicht Kartoffelbrei geben, mit dem Fleischmus bedecken, mit einer Schicht Kartoffelbrei abdecken und mit einem Streifen Fleischmus garnieren. Mit zerquirltem Ei bepinseln und mit Butterflöckchen bestreuen. Etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze backen.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Entweder in Portionsgefäßen backen oder portionsweise aus größeren Gargefäßen abstechen. Beim Anrichten mit goldgelb gebratenen Zwiebelringen garnieren.

Hackfleisch mit grünen Bohnen, gebacken (Ungar. VR)

Aus Schweinehackfleisch mit feinen Zwiebelwürfeln, Pfeffer und Salz Hackmasse bereiten, auf gedünstete grüne Bohnen in ein gefettetes, feuerfestes Gefäß geben, mit gedünsteten grünen Bohnen bedecken, mit zerquirltem Ei, das mit Sahne oder Kondensmilch (Verhältnis 1:1) verrührt ist, übergießen, im Bratofen backen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle,
Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Das Gericht kann portionsweise in kleinen Gargefäßen hergestellt und in diesen serviert, aber auch in größeren Mengen zubereitet und portionsweise abgestochen werden.

Hackfleischstippe

Rinderhackfleisch auf angeschwitzte Zwiebelwürfel geben und anbraten, mit Salz, Pfeffer und ein wenig Majoran abschmecken, mit Buttermilch, in der Mehl angerührt ist (man rechnet auf 1 kg Fleisch etwa 0,8 l Buttermilch), angießen, durchrühren und durchkochen. Den so entstandenen Brei mit Senf, Zitronensaft und edelsüßem Paprika sowie Salz abschmecken.

Beilage: Pellkartoffeln, Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Spätzle, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, rote Bete, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hammelklopse, gedünstet

Aus Hammelhackfleisch, körnig gekochtem Reis, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, gehackter Petersilie, Pfeffer und Salz Hackmasse herstellen, Klopse formen, auf blanchierte Krautblätter geben, zusammenschlagen und zusammenstecken, auf angeschwitzte Zwiebelwürfel geben, mit wenig Brühe angießen, gardünsten. Aus dem Dünstfond, Brühe und heller Mehlschwitze mit viel Zwiebel helle Soße herstellen, mit Pfeffer und Salz abschmecken und über die Klopse in der Krauthülle geben.

Beilage: Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Klopse können in gleicher Weise auch ohne den Krautmantel zubereitet werden.

Klopse in Kapernsoße

Aus Rinder- und Schweinehackfleisch mit eingeweichtem Weißbrot, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Salz, Pfeffer und Ei Hackmasse herstellen, Klopse formen, in Salzwasser mit Zwiebel und Lorbeerblatt garziehen. Aus der Kochbrühe und heller Mehlschwitze mit Zwiebel Soße herstellen, mit Pfeffer, Salz und etwas Essig pikant abschmecken, mit Kapern vermengen, die Klopse in die Soße geben und darin durchziehen lassen ohne aufzukochen.

Hinweis: 1. In gleicher Weise können Klopse in Schnittlauchsoße oder Petersiliesoße zubereitet werden.
2. Man kann einen großen oder zwei kleine Klopse für eine Portion geben.

Kochklopse

Siehe Klopse in Kapernsoße.
Siehe Paprikaklopse.
Siehe Tomatenklopse.

Koeftesi Domates Salca (Orient)

Siehe Fleischklößchen in Tomatensoße.

Kohlrollen

Siehe Krautroulade.

Kräuterbratklopse (Perisoare cu Verdeturi)

Hackmasse aus halb Schweine- und halb Rinderhackfleisch, wenig blanchiertem Reis, Pfeffer, Salz, angeschwitzten Zwiebelwürfeln und aufgeschlagenen Eiern zubereiten. Daraus Klopse formen, in gehackten Kräutern wälzen, in Schmorpfanne leicht anbraten, mit brauner Soße angießen und garschmoren.

Beilage: Maisbrei, Weißbrot, Risotto, Pommes frites, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei,
Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Krautrollen, mit Reisfleisch gefüllt (Golubzy)

Schweine- oder Rinderhackfleisch mit bißfest gekochtem Reis, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Pfeffer, Salz und gehackter Petersilie vermengen, Klopse formen, auf gesalzene und gepfefferte, blanchierte Krautblätter geben, zusammenrollen und zusammenstecken, anbraten, mit Tomatensoße angießen, garschmoren.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Risotto, Butterreis, Schinkenreis,
Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Krautroulade (Kohlroulade)

Aus Hackmasse Klops formen, auf gesalzene und gepfefferte Krautblätter geben, Kraut zusammenschlagen und zusammenstecken, auf einem Ansatz von angeschwitzten Zwiebelscheiben mit mageren Speckwürfeln schmoren, mit braunem Fond



angießen, garschmoren, aus dem Schmorfond Sahne- oder Paprikasoße herstellen, über die Kohlroulade geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Kohlrouladen werden meist mit Weißkohlblättern hergestellt, es ist jedoch auch möglich, Rotkohlblätter zu verwenden.

Krautwickel

Siehe Krautroulade.

Lauchroulade

Lauchstangen (Porreestangen) in Portionsstücke schneiden, mit Schinkenspeckscheiben umwickeln, feststecken, in gefettetes, feuerfestes Gefäß einlegen, mit heller Soße angießen und garen. Die Soße mit Salz, Zitronensaft und edelsüßem Paprika abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Risotto, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die Porreestücke erst mit Hackmasse zu bestreichen und danach die Schinkenspeckscheiben darum zu wickeln.

Leberknödel

Rinder- oder Schweineleber wolfen, mit eingeweichtem Weißbrot, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, gehackter Petersilie und Majoran zur Hackmasse verarbeiten, mit dem Eßlöffel ovale Klopse abstechen, in Salzwasser mit Zwiebel garen, mit wenig Brühe anrichten.

Beilage: Erbsbrei, Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Sauerkraut, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Mischgemüse, Kopfsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, für die Zubereitung der Hackmasse einen Teil Schweinehackfleisch mitzuverwenden.

Paprika, gefüllt

Aus Hackmasse Klopse formen, damit ausgehöhlte und gut gesäuberte Gemüsepaprikas füllen, auf einen Ansatz von angeschwitzten Zwiebelscheiben, mit mageren Speckwürfeln und Tomatenmark geschmort, geben, mit Tomatensaft oder Brühe angießen, garen. Aus dem Dünstfond kräftige Tomatensoße herstellen und über die gefüllten Gemüsepaprikas geben.

Beilage: Risotto, Butterreis, Risi-Pisi, Schinkenreis, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Kopfsalat, gemischter Salat.

Paprikaklopse

Aus Rinder- und Schweinehackfleisch mit angeschwitzten Zwiebeln, geweichtem Weißbrot, Pfeffer, Salz und zerquirltem Ei Hackmasse herstellen, Klopse formen, in Salzwasser mit Zwiebel und Lorbeerblatt garziehen. Würfel von magerem Speck und Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen, mit Mehl und edelsüßem Paprika anstäuben, mit der Kochbrühe auffüllen, glattrühren und durchkochen, mit Salz und Zitronensaft abschmecken, die Klopse in die Soße geben und darin durchziehen lassen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Spätzle, Mischgemüse, junge Erbsen, Möhrengemüse, Bayrisch-Kraut, Porreegemüse, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Perisoare cu Verdeturi (SR Rumänien)

Siehe Kräuterbratklopse.

Polpette con salsa pomodori e spaghetti (Italien)

Siehe Tomatenfleischklößchen auf Spaghetti.

Rinderbacksteak, auf Zwiebel geschmort

Aus Rinderhackmasse Bratklopse formen, von beiden Seiten anbraten, auf einen Ansatz von angeschwitzten Zwiebelscheiben geben, mit brauner Grundsoße angießen, garschmoren.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Spätzle,
Mischgemüse, Möhrengemüse, Bayrisch-Kraut, Rotkohl, Sauerkraut, gemischter Salat.

Rinderklößchen mit Gemüse in Sahne

Zubereitung wie Rinderklößchenragout (siehe dort), jedoch Klößchen in Paprikasoße mit gedünsteten Gemüsewürfeln oder -streifen geben, mit saurer Sahne vollenden.

Beilage: Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Schinkenreis, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln, Kartoffelbrei,
Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Rinderklößchenragout

Hackmasse aus Rinderhackfleisch mit zerquirltem Ei, eingeweichtem Weißbrot, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Pfeffer und Salz herstellen, mit dem Kaffeelöffel Klößchen formen, anbraten, in paprizierte Tomatensoße mit angebratenen, rohen Schinkenwürfeln geben und durchziehen lassen.

Beilage: Butternudeln, Makkaroni, Spaghetti, Risotto, Butterreis, Champignonreis, Kartoffelbrei,
Butterbohnen, junge Erbsen, gedünsteter Porree, Mischgemüse, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Soße kann auch leicht mit Knoblauch aromatisiert werden.

Rindfleischklößchen in Weißwein

Aus Rindfleischhackmasse Bratklößchen formen, von beiden Seiten anbraten, mit Weißwein und Brühe angießen, garen. Aus dem Fond und heller Mehlschwitze Weißweinsoße bereiten, mit Pfeffer und Salz abschmecken, Klößchen darin durchziehen lassen ohne aufzukochen.

Beilage: Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Champignonreis, Schinkenreis, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln,
junge Erbsen, Butterbohnen, Blumenkohl, gedünsteter Chicorée, Kopfsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Rotkohlroulade

Siehe Krautroulade.

Sarma (SFR Jugoslawien)

Siehe Sauerkraut, gefüllt.

Sarmale in Fol de Spanac (SR Rumänien)

Siehe Spinat, gefüllt, rumänisch.

Sarma od vinovog lista (SFR Jugoslawien)

Siehe Weinblätter, gefüllt.

Sauerkraut, gefüllt (Sarma)

Im ganzen eingesäuerte Krautköpfe abtropfen, die Blätter lösen, von groben Rippen und Strunkresten befreien, die Blätter auslegen und mit einer Hackmasse mit Reiszugabe (vorher den Reis leicht ankochen) belegen und zusammenrollen. In eine gefettete Pfanne, deren Boden mit magerem Speck ausgelegt ist, einsetzen. Lorbeerblätter und einige Pfefferkörner zufügen und mit etwas Brühe angießen. Dann in vorgeheizter Bratröhre 90 bis 100 Minuten dünsten. Den Dünstfond abgießen und daraus mit einem Ansatz aus mageren Speckwürfeln und angebratenen Zwiebelwürfeln sowie Mehl und Paprika



eine leicht gebundene Soße zubereiten. Über das gefüllte Sauerkraut geben und einige Minuten durchziehen lassen.

Beilage: Weißbrot, Kartoffelbrei, Risotto, Butterreis, Risi-Pisi.

Schinkenhackbraten

Hackmasse aus Rinder- und Schweinehackfleisch mit Streifen von rohem oder gekochtem Schinken vermengen, Laibe formen, in gefettetes Gargefäß geben, anbraten, mit Tomatensoße angießen, garschmoren. Hackbraten in Scheiben schneiden und mit der Tomatensoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Butternudeln, Risotto,
junge Erbsen, Mischgemüse, Möhrengemüse, Weinkraut, Bayrisch-Kraut, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schweinsleberpastete

Aus Schweinsleber, Schweinehackfleisch, wenig Rauchspeck, geweichtem Weißbrot, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Pfeffer und Salz Hackmasse herstellen, in gefettete Kastenformen geben und im Wasser garen. Die Leberpastete warm in Scheiben schneiden und mit Rotweinsoße übergießen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelsalat, Spätzle, Butternudeln,
Mischgemüse, Butterbohnen, junge Erbsen, Blumenkohl, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Leberpastete kann auch in trockener Hitze im Backofen gegart werden.

Speckhackbraten (Falscher Hase)

Aus Rinder- und Schweinehackfleisch mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln, geweichtem Weißbrot, Pfeffer, Salz, wenig gehacktem Kümmel und zerquirltem Ei Hackmasse bereiten, mit Würfeln von Rauchspeck vermengen, Laibe formen, in gefettete Pfanne einsetzen, in der Bratröhre anbraten, mit wenig Fond angießen, garschmoren. Aus dem Schmorfond, der mit braunem Fond ergänzt wird, und mit in saurer Sahne angerührtem Mehl Sahnesoße herstellen, mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken und über den in Scheiben geschnittenen Speckhackbraten geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln,
Rosenkohl, Mischgemüse, Möhrengemüse, Rotkohl, Bayrisch-Kraut, gemischter Salat.

Speckrollen

Aus Hackmasse von Rinder- und Schweinehackfleisch Röllchen formen, mit einer Scheibe magerem Speck umwickeln und diese feststecken, goldgelb anbraten, mit brauner Soße angießen, garschmoren. Den Schmorfond mit saurer Sahne zu Sahnesoße vollenden, aus den Speckröllchen die Holzstäbchen oder Nadeln entfernen, mit der Sahnesoße überziehen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Butternudeln, Butterreis, Risotto,
Mischgemüse, junge Erbsen, Butterbohnen, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, gemischter Salat.

Spinat, gefüllt, rumänisch
(Sarmale in Fol de Spanac)

Große Spinatblätter entstielen und kurz überbrühen, blattweise nebeneinander legen. Eine Füllung aus Rinderhack- und Schweinehackfleisch sowie blanchiertem Reis zubereiten und kräftig abschmecken. Damit die Spinatblätter belegen und paarweise zusammenrollen. In ein gefettetes, feuerfestes Gefäß einsetzen und etwa 15 Minuten in der Bratröhre

dünsten. In der Zwischenzeit Béchamelsoße zubereiten und über die Röllchen geben, gemeinsam dünsten.

Beilage: Weißbrot, Risotto, Butterreis.

Tefteli (Sowjetunion)

Siehe Bratklopse in Tomatensoße.

Tomatenfleischklößchen auf Spaghetti (Polpette con salsa pomodori e spaghetti)

Aus Rinder- und Schweinehackfleisch mit eingeweichtem Weißbrot, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Pfeffer, Salz, Majoran und aufgeschlagenen Eiern Hackmasse herstellen. Daraus Fleischklößchen (25···30 g) formen und von beiden Seiten anbraten, mit heißer Tomatensoße angießen und aufkochen. Kurz durchziehen lassen und auf heißen Spaghetti anrichten.

Beilage: Frischkostsalate.

Hinweis: Die Tomatensoße wird mit Knoblauch und Basilikum abgeschmeckt.

Tomaten, gefüllt

Tomaten aufschneiden und aushöhlen, mit Hackmasse füllen, mit magerer Speckscheibe belegen, in gefettetes Gefäß einsetzen, dünsten. Den Dünstfond mit Brühe ergänzen und mit in saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gefüllten Tomaten trocken anrichten und mit der Soße umkränzen.

Beilage: Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Schinkenreis, Champignonreis, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln,
Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Tomatenklopse

Zubereitung wie Paprikaklopse (siehe dort), jedoch aus der Kochbrühe Tomatensoße zubereiten und die Klopse darin durchziehen lassen.

Beilage: Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Schinkenreis, Spätzle, Butternudeln, Kartoffelbrei,
Mischgemüse, junge Erbsen, Blumenkohl, gedünsteter Porree, Kopfsalat, gemischter Salat.

Weinblätter, gefüllt (Sarma od vinovog lista)

Junge, frisch gepflückte Weinblätter gut waschen und abtropfen. Eine Füllung aus Schweine- und Rinderhackfleisch mit Salz, Pfeffer, angeschwitzten Zwiebelwürfeln und blanchiertem Reis zubereiten. Die Weinblätter damit füllen, in eine gefettete Pfanne auf Scheiben von magerem Speck einsetzen, in die vorgeheizte Backröhre geben, kurz dünsten, mit Brühe angießen und gardünsten. Zuletzt mit etwas brauner Soße oder Tomatensoße angießen und noch kurze Zeit ziehen lassen.

Beilage: Weißbrot oder warmes Maisbrot, Risotto, Butterreis, Kartoffelbrei.

Hinweis: Beim Anrichten mit saurer Sahne beträufeln.

Zwiebeln, gefüllt

Große Zwiebeln kurz (5 bis 6 Minuten) in Salzwasser kochen, Deckel abschneiden, aushöhlen. Das Ausgehöhlte der Zwiebel mit Hackmasse und körnig gekochtem Reis vermengen, in die Zwiebeln einfüllen. Die Zwiebeln in gefettetes Gargefäß einsetzen, mit wenig brauner Soße angießen, garen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Spätzle,
Tomatensalat, Krautsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Kopfsalat, gemischter Salat.



9.8. Fertige Gerichte aus Innereien

Fertige Gerichte aus Innereien enthalten eine Fleischkomponente (Fleisch-Soße-Komponente), die aus Innereien der Schlachttiere *Schwein, Rind, Kalb, Hammel* zubereitet ist. Es werden vor allem *Zunge, Leber, Herz, Lunge, Niere* und *Magen* verarbeitet. Die am häufigsten angewandten *Zubereitungsarten* sind das *Kochen* und das *Schmoren.*
Eine Spezialität sind die sogenannten *Flecke* (Kutteln) aus Pansenmagen und Netzmagen der Rinder.
Gerichte aus Innereien weisen eine charakteristische Note auf, da sich der Geschmack der Innereien wesentlich von dem des Muskelfleisches der Schlachttiere unterscheidet.

Chanfaina (Spanien)

Siehe Leberragout, spanisch.

Flecke in Rotweinsoße

Gesäuberte Rinderflecke überbrühen, Brühwasser abschütten, in Salzwasser mit Lorbeerblatt, Pfefferkörnern und Suppengemüse weichkochen, in Streifen schneiden. Aus der Kochbrühe sowie Mehlschwitze mit Zwiebel Soße herstellen, kräftig mit Rotwein, Pfeffer und Salz abschmecken, die Flecke hineingeben und durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Semmelklöße, Spätzle,
Mischgemüse, Möhrengemüse, Bayrisch-Kraut, Wirsingkohl, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Flecke in Tomatensoße

Zubereitung wie Flecke, süßsauer (siehe dort), die Flecke jedoch mit würziger Tomatensoße binden.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Spätzle, Butternudeln, Kartoffelbrei,
Mischgemüse, Möhrengemüse, junge Erbsen, Bohnengemüse, Bayrisch-Kraut, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Flecke, süßsauer

Flecke überbrühen, Brühwasser wegschütten, in Salzwasser mit Lorbeerblatt und Suppengemüse weichkochen. Mit Zwiebelwürfeln Mehlschwitze herstellen, mit der Kochbrühe auffüllen, durchkochen, passieren, mit Essig, Zucker, Senf, Pfeffer und Salz abschmecken, die in Streifen geschnittenen Flecke hineingeben, durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Soße kann noch durch feine Würfel von Delikateßgurke und Kapern ergänzt werden.

Geschmorte Flecke, überbacken (Trippa alla Fiorentina)

Gekochte, nudlig geschnittene Flecke mit Zwiebelwürfeln, zerquetschtem Knoblauch, Majoran, gehackter Petersilie und Basilikum in heißem Öl anschwitzen. Mit Brühe angießen und mit zerdrückten, geschälten Tomaten oder Tomatenmark verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und schmoren. Danach in feuerfestem Gefäß anrichten, mit Reibekäse bestreuen, mit Butterflöckchen ergänzen und überbacken.

Beilage: frisches Weißbrot, Petersiliekartoffeln, Teighörnchen,
Salatteller.

Geschmortes Rinderherz

Siehe Herz, geschmort.

Herz, geschmort

Rinderherz halbieren und säubern, in gesäuertem Salzwasser mit Lorbeerblättern und Pfefferkörnern sowie Suppengemüse aufkochen, kalt stellen und etwa 24 Stunden durchziehen lassen, abtropfen lassen, mit Speckfäden spicken, von allen Seiten anbraten, mit Marinade und braunem Fond angießen, garschmoren. Schmorfond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit Mehl leicht binden, mit Pfeffer und Salz abschmecken und über das in Scheiben geschnittene Herz geben.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelbällchen, Semmelklöße, Mehlklöße, Bayrisch-Kraut, Weinkraut, Wirsingkohl, Spinat, Mischgemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat, Gemüsepaprikasalat.

Herz- und Lungenhaschee mit Paprika

Herz und Lunge weichkochen, grob hacken oder durch die grobe Scheibe des Wolfes zerkleinern, auf einen Ansatz von mit Zwiebelwürfeln angeschwitzten Gemüsepaprikastreifen geben, mit Pfeffer und Salz würzen, gemeinsam dünsten, mit wenig Béchamelsoße oder heller Zwiebelsoße binden.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Risotto, Butterreis, Risi-Pisi,
Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, rote Bete, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Über das Haschee kann noch ein Setzei gegeben werden.

Kalbsgekröse

Gesäubertes Kalbgekröse wässern, in gesäuertem Salzwasser mit Lorbeerblatt weich kochen, in Stücke schneiden, mit Weißweinsoße binden, mit gehackter Petersilie vermengen, durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelplätzchen, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kalbsherz in Weißweinsoße

Kalbsherz säubern, in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt kochen, in Würfel schneiden. Aus heller Mehlschwitze und der Kochbrühe Soße herstellen, kräftig mit Weißwein abschmecken, das gewürfelte Kalbsherz hineingeben, durchziehen lassen, ohne aufzukochen, zuletzt mit gehackter Petersilie vermengen.

Beilage: Mehlklöße, Mehlnocken, Grießklöße, Butterreis, Risi-Pisi, Spätzle, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, junge Erbsen, Butterbohnen, Mischgemüse, Blumenkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kalbszunge in Champignonsoße

Kalbszunge in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt kochen, abschrecken und abziehen. Aus der Kochbrühe, Champignonfond und heller Mehlschwitze Soße herstellen, mit gedünsteten Champignonscheiben vermengen, mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken und über die in Scheiben geschnittene Kalbszunge geben.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Butterreis, Schinkenreis, Ananasreis, junge Erbsen, Mischgemüse, Blumenkohl, Spargelgemüse, Rosenkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kuttelflecke (ČSSR)

Gesäuberte Flecke überbrühen, in Salzwasser mit Suppengemüse, Lorbeerblatt und Piment weichkochen. Aus Mehlschwitze mit Zwiebel und der Kochbrühe Soße herstellen, mit Knoblauch, Majoran, Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken, die nudelig geschnittenen Flecke und Streifen von gekochtem Rauchfleisch hineingeben und durchziehen lassen. Beim



Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Mehlklöße, Mehlnocken, Grießklöße, Kartoffelklöße, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln,
Möhrengemüse, Mischgemüse, junge Erbsen, Blumenkohl, Paprikakraut, Kopfsalat, gemischter Salat.

Kutteln

Siehe Flecke.

Leberragout, spanisch (Chanfaina)

Schweinsleber in mittelgroße Würfel schneiden, in heißem Öl mit Zwiebelwürfeln rasch anschwenken, mit Paprika anstäuben. Mit etwas Brühe angießen, mit Pfeffer, Salz, wenig Zimt, Nelken und Pfefferminzblättern 15 bis 20 Minuten garziehen lassen. Anschließend reichlich geriebene Semmel einrühren und kurz aufkochen lassen.

Beilage: Spaghetti, Tomatenspaghetti, Makkaroni, Teighörnchen, Risotto, Tomatenreis, Käsereis,
Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Leber, sauer

Dünne Scheiben von Schweinsleber anbraten und wieder aus dem Bratfett nehmen. Im Bratfett Zwiebelwürfel anschwitzen, mit Mehl anstäuben, mit braunem Fond auffüllen, glattrühren und verkochen. Mit Salz, Pfeffer, Essig, Zucker und Senf pikant abschmecken, die Leberscheiben in die heiße Soße geben, durchziehen lassen ohne aufzukochen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Spätzle, Butternudeln,
Mischgemüse, Möhrengemüse, Porreegemüse, Bohnengemüse, Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Soße kann noch leicht mit Majoran aromatisiert werden.

Lungenhaschee

Lunge in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt kochen. Mit Zwiebelwürfeln eine braune Mehlschwitze bereiten, mit der Kochbrühe auffüllen, glattrühren und durchkochen. Die Lunge durch die grobe Scheibe des Wolfes geben, unter die Soße mengen, mit Salz, Pfeffer, Majoran und Essig abschmecken, durchziehen lassen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Das Lungenhaschee kann auch noch mit einem Setzei bedeckt werden.

Nierchen, sauer I

Quer halbierte Schweinsnierchen säubern, in Scheiben schneiden, mit Zwiebelwürfeln anbraten, mit Tomatenmark schmoren, mit braunem Fond angießen, Lorbeerblatt zufügen, garschmoren. Fond bis zur benötigten Soßenmenge ergänzen, mit in Joghurt oder saurer Sahne angerührtem Mehl binden, mit Salz, Paprika und Zitronensaft abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Risotto, Spätzle, Mischgemüse, Bayrisch-Kraut, Möhrengemüse, Porreegemüse, Kopfsalat, gemischter Salat.

Nierchen, sauer II

Quer halbierte Schweinsnierchen säubern, in Scheiben schneiden, anbraten, mit Essig und Weißwein ablöschen, mit heller Soße angießen, garen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Senf und Kapern abschmecken.

Beilage: Wie Nierchen, sauer I.

Paprikaleber

Speckwürfel anbraten, Zwiebelscheiben, Streifen von Gemüsepaprika und Tomatenwürfel zugeben, gemeinsam schmoren, mit brauner Grundsoße auffüllen, mit saurer Sahne vollenden, durchkochen. In die heiße Soße angebratene Streifen von Schweinsleber geben und darin durchziehen lassen.

Beilage: Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Spätzle, Petersiliekartoffeln, Butterreis, junge Erbsen, Mischgemüse, Bohnengemüse, Rosenkohl, Kopfsalat, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Pökelrinderzunge in Rotwein

Pökelrinderzunge gut waschen, in Wasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt garen, abschrecken und abziehen. Aus dem Fond und brauner Mehlschwitze mit Zwiebel Rotweinsoße bereiten, mit Pfeffer und Salz abschmecken, passieren und über die in Scheiben geschnittene Zunge geben.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Schloßkartoffeln, Kartoffelbällchen,
junge Erbsen, Blumenkohl, Mischgemüse, Champignons, Spargel, Gurkensalat, gemischter Salat.

Reis mit Leber (Risi me Sikotakia)

Rindsleber säubern und in Blättchen schneiden, in Öl flott anbraten, Zwiebelwürfel zugeben und mitbraten, mit edelsüßem Paprika anstäuben, mit brauner Soße angießen und durchschwenken. Die Leber mit der Soße auf körnig gekochtem Reis anrichten und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Rinderzunge, gekocht

Zunge gut waschen, in Wasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt kochen, abschrecken und abziehen.

Hinweis: Die gekochte Zunge wird danach zu verschiedenen kalten Speisen weiterverarbeitet (siehe Abschnitt 16. Kalte Speisen auf Fleischbasis).

Rinderzunge in Rosinensoße

Frische Rinderzunge in Salzwasser mit Suppengemüse und Lorbeerblatt kochen, abschrecken und abziehen. Mit Zwiebel braune Mehlschwitze herstellen, mit der Kochbrühe auffüllen, glattrühren, Tomatenmark und in Rotwein eingeweichte Rosinen zugeben, durchkochen, mit Essig, Zucker, Pfeffer und Salz pikant abschmecken. Die Soße über die in Scheiben geschnittene Zunge geben.

Beilage: Kartoffelklöße, Semmelklöße, Mehlklöße, Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Spätzle,
junge Erbsen, Butterbohnen, Mischgemüse, Wirsingkohl, Rosenkohl, Kopfsalat, gemischter Salat.

Rinderzunge mit Gemüsen

Scheiben von gekochter Pökelzunge in Rotweinsoße erhitzen, mit gedünsteten Gemüsestreifen oder -würfeln (Möhre, Sellerie, Bohnen) bestreuen, mit Rotweinsoße überziehen.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelbällchen, Pommes frites, Spätzle, Butternudeln,
Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, Champignonsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Rinderzunge mit Paprikareis, überbacken

Scheiben von gekochter Pökelzunge mit gedünsteten Blumenkohlröschen belegen, mit holländischer Soße überziehen, mit



Reibekäse bestreuen, überbacken. Paprikareis extra.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Chicoréesalat, Selleriesalat.

Rinderzungenragout

Gekochte Rinderpökelzunge in Streifen schneiden, anschwitzen ohne Farbe nehmen zu lassen, mit weißer Rahmsoße auffüllen, in Streifen geschnittene Delikateßgurke und gedünstete Champignons untermengen, aufkochen lassen.

Beilage: Butterreis, Risotto, Risi-Pisi, Schinkenreis, Ananasreis, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln,
Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Das Zungenragout kann auch als Füllung für Pasteten verwendet werden.

Risi me Sikotakia (Griechenland)

Siehe Reis mit Leber.

Schweinsherz, gespickt

Schweinsherz von den groben Adern säubern, halbieren und waschen, mit Rauchspeckstreifen spicken, auf einen Ansatz von angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, mit Knoblauchpulver leicht aromatisieren, mit braunem Fond angießen, garschmoren.
Kurz vor Garwerden des Fleisches Streifen von Gemüsepaprika zugeben, etwas Weißwein angießen und gemeinsam garen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Semmelklöße, Kartoffelklöße, Risotto,
Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Schweinsnieren mit Pilzen, pikant

Nieren längs halbieren, säubern und waschen, in Scheiben schneiden, mehlieren, auf einen Ansatz von angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, schmoren, eingeweichte Trockenpilze oder frische, in Scheiben geschnittene Pilze zugeben, mit brauner Soße angießen, gemeinsam garen und salzen. Zuletzt mit etwas saurer Sahne vollenden, mit Senf und wenig Essig abschmecken.

Beilage: Kartoffelbrei, Stampfkartoffeln, Salzkartoffeln, Mehlklöße, Semmelklöße, Mischgemüse, Möhrengemüse, Wirsingkohl, Bohnengemüse, Porreegemüse, Gurkensalat, rote Bete, Selleriesalat, gemischter Salat.

Schweinspökelzunge in Rotwein

Zubereitung wie Pökelrinderzunge in Rotwein (siehe dort).

Beilage: wie Pökelrinderzunge in Rotwein.

Trippa alla Fiorentina (Italien)

Siehe Geschmorte Flecke, überbacken.

10. Schonkostgerichte und sonstige Gerichte

10.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Schonkostgerichte und sonstige Gerichte

In dieser Gruppe der Speisensortimentnomenklatur sind zwei nicht unmittelbar in sichtbarem Zusammenhang stehende Gruppen zusammengefaßt. Die Gruppe der Schonkostgerichte, also eine von der Normalkost abweichende Gruppe, und die Gruppe der sonstigen Gerichte (auch fleischlose Gerichte), die der Normalkost zugerechnet werden muß. Allerdings besteht ein mittelbarer Zusammenhang zwischen diesen beiden Gruppen, da viele der Speisenkomponenten bzw. Gerichte aus der Gruppe der sonstigen Gerichte auch gut für Schonkost geeignet sind.

Schonkost ist eine spezielle Kostform, die sich von der Normalkost dadurch unterscheidet, daß sie auf einige Lebensmittel und Zubereitungsarten verzichtet, die bei Genesenden oder gesundheitlich Geschwächten zu Störungen führen können. Infolge der dabei auftretenden, sehr unterschiedlich unverträglichen Lebensmittel oder Zubereitungsarten ist zwischen verschiedenen Schonkostformen zu unterscheiden.

Nicht zu verwechseln ist Schonkost mit Diät. *Diät* ist eine Kostform, die auf eine bestimmte Krankheit zugeschnitten wird und Besandteil des Heilprozesses ist. Sie wird nach Anweisung des Arztes zusammengestellt und zubereitet. Dafür ist eine spezielle Ausbildung als Diätassistent oder Diätkoch erforderlich. Die Herstellung von Diät erfolgt, von Ausnahmen abgesehen, nicht in Gaststätten, Hotels oder Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen außerhalb des Gesundheitswesens. Hingegen ist das Angebot von Schonkost eine Aufgabe der Speisegaststätten und Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen. Viele Gerichte für Schonkost können aus Normalkost abgeleitet werden (siehe auch Abschnitt 10.2.).

Unter *sonstigen Gerichten* als Teil der Gruppe Schonkostgerichte und sonstige Gerichte werden solche verstanden, die nach unterschiedlichen Zubereitungsverfahren hergestellt werden, denen jedoch gemeinsam ist, daß sie keine Komponente aus Schlachtfleisch, Wild, Geflügel, Fisch oder Eiern enthalten (siehe auch Abschnitt 10.3.).

In den weiteren Darlegungen erfolgt eine Unterteilung nach

Schonkostgerichten,

sonstigen Gerichten.

Weitere Unterteilungen werden unter diesen Überschriften nach allgemeiner und spezieller Schonkost sowie nach weiteren Einteilungsmerkmalen für sonstige Gerichte vorgenommen.

10.2. Schonkostgerichte

Schonkostgerichte sind warme oder kalte Gerichte, die Eintöpfe sein können oder auch sogenannte Tellergerichte mit mehreren Speisenkomponenten. Typisch ist, daß bei diesen auf einige Lebensmittel oder Zubereitungsarten verzichtet wird, die physiologisch auf gesundheitlich Geschädigte oder Geschwächte eine zu starke Belastung ausüben. Schonkost ist jedoch keine Krankenkost, sie soll voll im Arbeitsprozeß Stehenden auf die Dauer eine vollwertige Ernährung bieten. Sie ist meist für kurze oder lange Zeit notwendig, wenn ein Erkrankter soweit genesen ist, daß von einer speziellen Krankenkost (Diät) wieder abgegangen werden kann.
Schonkost ist somit eine Kost, die vor allem die leicht verdaulichen Lebensmittel einbezieht und besonders auf schonende Zubereitungsarten zugeschnitten ist. Sie kann mit vertretbarem Aufwand in allen Speisegaststätten und Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen aus den handelsüblichen Lebensmitteln hergestellt werden. Voraussetzung sind in erster Linie Kenntnis der zu vermeidenden Lebensmittel und Zubereitungsarten sowie Sorgfalt bei der Zubereitung. Grundsatz ist, daß Schonkostgerichte nicht schwer verdaulich zusammengestellt und zubereitet werden dürfen. Anstelle der scharfen und stark reizenden Gewürze sind verstärkt *Küchenkräuter* und sog. *Diätgewürze* zu verwenden. Schonkost ist keinesfalls eine breiige oder suppige und fade Kost, sondern muß ebenso – unter Berücksichtigung der notwendigen Einschränkungen – attraktiv zusammengestellt, zubereitet und angerichtet werden wie Normalkost.
Bei Schonkostgerichten ist zwischen zwei großen Gruppen zu differenzieren. Die eine Gruppe stellt die sog. *allgemeine Schonkost* dar, die andere Gruppe die sog. *spezielle Schonkost.*
In den folgenden Darlegungen wird eine Unterteilung vorgenommen nach

allgemeiner Schonkost,
Leber- und Gallenschonkost,
Nierenschonkost,
Herz- und Kreislaufschonkost,
Diabetikerkost.

Auf die Aufnahme von Rezepturen wurde verzichtet, es werden jedoch die Spezifika der einzelnen Schonkostformen nach erlaubten und zu vermeidenden Lebensmitteln und Zubereitungsarten behandelt. Damit ist ein Ableiten aus den Rezepturen der anderen Abschnitte ohne Schwierigkeiten möglich. Entsprechende Hinweise werden gegeben.

Gerichte für allgemeine Schonkost

Allgemeine Schonkost ist die verbreitetste Form der Schonkost. Sie ist auch am einfachsten herzustellen und aus der Normalkost abzuleiten. Allgemeine Schonkost ist darauf zugeschnitten, die Verdauungsorgane bei der Verarbeitung der Speisen zu entlasten. Sie soll die sog. Oberbauchorgane nicht zu stark in Anspruch nehmen und wird deshalb auch als sog. *Oberbauchschonkost* oder *-diät* bezeichnet, obwohl sie ihrem Wesen nach keine Diät ist.

Ihrem Grundanliegen, der Schonung der Verdauungsorgane bei ausreichender Nahrungsaufnahme, entspricht die allgemeine Schonkost durch gezielte Auswahl der Zubereitungsarten und Lebensmittel bei der Zusammenstellung und Herstellung von Gerichten.
Für allgemeine Schonkost sind die meisten *Zubereitungsarten* anwendbar. *Nicht geeignet sind:*

scharf anbraten und ausgeprägte Bratkruste an den Speisenkomponenten,
Panieren und in Fett braten oder backen,
das Backen in Fett für Speisenkomponenten aller Art,
das Legieren mit Eigelb und Sahne oder Weißwein,
das sehr scharfe Abschmecken.

Das Abschmecken muß so erfolgen, daß Schonkostgerichte schmackhaft und gewürzt sind, ohne durch sehr scharfe Gewürze, wie Chilli, Pfeffer und dgl., zu Reizungen der Verdauungsorgane zu führen. Verstärkt sind deshalb Würzkräuter und sog. Diätgewürze (Geraer Diätgewürze) zu verwenden.
Besonders *gut geeignete Zubereitungsarten* sind *Dünsten, Garziehen, Kochen, Garen in Folie* (en papilotte), *Garen mit Mikrowellen* (Hochfrequenzkochen).

Bei der *Auswahl von Lebensmitteln* für die Zusammenstellung von Gerichten für allgemeine Schonkost sind *verboten:*

alle fettreichen Lebensmittel (z. B. Speck, Schweinefleisch – bis auf sehr magere Teile, Gans, Ente, Fettfische, Mayonnaise, Schmalzfleisch, fettes Hammelfleisch, fette Wurst),
alle gepökelten und geräucherten Lebensmittel (Pökelfleisch, Kasseler Rippespeer oder -kamm, geräucherte Wurst, Räucherfisch),
alle blähenden Lebensmittel (z. B. Hülsenfrüchte, Kohlsorten, junge Erbsen, grüne Bohnen, Porree),
alle tierischen Fette, mit Ausnahme von Butter (darf jedoch nicht gebräunt werden),
fetter und stark gewürzter Käse (Doppelrahmkäse und Rahmkäse, Camembert, Roquefort und andere Arten Edelpilzkäse, Schmelzkäse mit Salami und andere stark gewürzte oder geräucherte Käsezubereitungen),
sog. echte Soßen (z. B. echte holländische Soße und ihre Ableitungen, Mayonnaise und ihre Ableitungen),
alle scharfen Gewürze (Pfeffer, Paprika, Chilli, Meerrettich, Curry, Senf und Gewürzsoßen, wie Pepper-Sauce u. dgl.).

Unter Beachtung der nicht zu verwendenden Lebensmittel und Zubereitungsarten sind Gerichte für allgemeine Schonkost möglichst fettarm und nicht zu kräftig gewürzt herzustellen. Die *Portionen* sollen nicht groß sein. Es ist die Einnahme mehrerer kleiner Mahlzeiten zu bevorzugen.
Aus den verschiedenen Gruppen des Speisensortiments sind unter Beachtung vorstehender Hinweise *für allgemeine Schonkost zu empfehlen:*

Vorspeisen und Imbisse

Appetitsschnittchen	(z. B. mit magerem Geflügel, mit Ei),
Vorspeisen auf Eierbasis	(ohne Mayonnaise und nicht scharf gewürzt),



Vorspeisen auf Geflügelbasis	(fettarmes Geflügel, nicht scharf gewürzt, ohne Mayonnaise),
Vorspeisen aus Obst und Gemüse	(keine blähenden Gemüse, keine Mayonnaise, mild gewürzt).

Suppen

Ungebundene Suppen	(Brühen mit Eigelb oder kleiner Einlage, entfettet, Brühsuppen mit leichter Einlage, entfettet),
gebundene Suppen	(einfache, helle Suppen, die ohne Mehlschwitze hergestellt sind, mit kleiner Einlage, jedoch nicht legiert, süße Suppen).

Eintöpfe

Gemüseeintöpfe	(mit magerem Geflügelfleisch, magerem Rindfleisch, Kalbfleisch oder Hackfleischklößchen, jedoch ohne blähende Gemüse),
Eintöpfe aus Teigwaren	und Nährmitteln (mit magerem Geflügel-, Rind- oder Kalbfleisch oder Hackfleischklößchen).

Eiergerichte

Gekochte Eier	(weiche und wachsweiche Eier mit der allgemeinen Schonkost entsprechenden Beilagen),
verlorene Eier	(mit der allgemeinen Schonkost entsprechenden milden Soße sowie Sättigungs-, Salat- und Gemüsebeilagen),
gebratene Eier	(Rühreier, vor allem naturell oder mit Kräutern, Tomate u. dgl. und entsprechenden schonkostgerechten Beilagen), Spiegeleier, sehr zart gebraten oder im Wasserbad gegart, vor allem naturell mit schonkostgerechten Beilagen),
Eier im Näpfchen	(z. B. auf Spinat, auf Tomate, auf leichtverdaulichem Geflügelragout mit schonkostgerechten Beilagen),
Omeletts	(vor allem naturelles Omelett oder mit Kräutern, Tomate, Spinat, Früchten).

Gerichte aus Fischen, Krebsen und Weichtieren

Prinzipiell sollten nur Gerichte aus fettarmen Fischen gegeben werden. Geeignet sind solche Fische aus den *Zubereitungsgruppen*

gargezogene Fische,
blaugekochte Fische,
krimpgekochte Fische,
gedünstete Fische,
in Folie gegarte Fische,
mit Mikrowellen gegarte Fische.

Ferner können leichte, nicht scharf gewürzte Fischragouts und Fischklößchen in hellen Soßen (ohne Mehlschwitze zubereitet) mit schonkostgerechten Beilagen verwendet werden.

Gerichte aus Geflügel

Es kann jedes fettarme Geflügelfleisch (vor allem Broiler, Pute, Taube und fettarmes Hühnerfleisch) mit schonkostgerechten Beilagen verwendet werden. Ferner kann auch Geflügelklein, wenn es diesen Anforderungen entspricht, zubereitet werden.
Besonders geeignet sind gedünstete, gargezogene, gekochte oder nur leicht gebratene Geflügelgerichte (ohne ausgeprägte Bratkruste). Gut geeignet sind auch in der Folie oder durch Mikrowellen gegarte Geflügelfleischkomponenten.
Gerichte aus fettarmem Geflügelhackfleisch (Geflügelklopse) sind ebenfalls gut geeignet. Eine günstige Zubereitungsart ist die als Frikassee, allerdings ist die Soße ohne Mehlschwitze herzustellen und darf nicht legiert werden. Zum Säuern der Soße ist nur Zitronensaft und kein Weißwein zu verwenden.

Gerichte aus Wildfleisch

Aus dieser Gruppe sind nur die zarteren Fleischarten, wie Reh, Frischling, Fasan, gut geeignet. Sie können gedünstet, gargezogen oder in Folie und mit Mikrowellen gegart werden. Als Soße eignen sich nur helle Soßen, die ohne Mehlschwitze herzustellen sind und nicht legiert sein dürfen.
Geeignet sind ferner fettarme Hackfleischzubereitungen, die jedoch nicht gebraten oder gebacken sein dürfen.

Kurzgebratene Fleischgerichte

Aus dieser Gruppe sind im Prinzip nur in Folie gebratene, fettarme Fleischkomponenten geeignet. Bedingt geeignet sind leicht angebratene (ohne Bräunung und Bratkruste), zarte Fleischteile (z. B. von Kalb oder Schweinslendchen), die danach gargedünstet werden. Bedingt geeignet sind auch zart gebratene, fettarme Hackfleischzubereitungen (z. B. Kalbfleischbrisoletten).

Fertige Fleischgerichte

Von den fertigen Fleischgerichten sind sehr viele für allgemeine Schonkost geeignet, sofern sie nicht fettreich, scharf angebraten oder sehr scharf gewürzt sind. Es können alle Schlachtfleischarten ohne Fettaufsatz oder Fettadern verwendet werden. Nicht geeignet ist gepökeltes und geräuchertes Fleisch (Pökelfleisch, Kasseler Rippespeer oder Kamm).



Es können *große Braten* und *Wickelbraten* (allerdings ohne ausgeprägte Bratkruste) mit einer nicht zu stark gewürzten Soße und entsprechender schonkostgerechter Beilage gegeben werden.
Gut geeignet sind *Kochfleischgerichte* in einer hellen Soße, die jedoch ohne Mehlschwitze herzustellen ist und nicht legiert sein darf (z. B. Frikassee, Kochfleisch in Petersiliesoße).
Ebenfalls gut geeignet sind Gerichte aus *Kaninchenfleisch,* das gut verdaulich ist. Fettauflagen des Kaninchenfleisches sind zu entfernen, auf scharfes Anbraten ist zu verzichten.
Gut geeignet sind auch *Hackfleischzubereitungen,* wenn der Fettanteil niedrig gehalten und eine mild gewürzte Soße gegeben wird. Die Zubereitung kann als Kochklops oder auch als mild gebratener Hackbraten erfolgen.
Die Soßen sind ohne reizende Gewürze, wie Pfeffer, Paprika, zuzubereiten. Auch Sahne ist für die Soßen nicht zu verwenden.
Bedingt geeignet sind *Gerichte aus Innereien,* wenn sie fettarm und mild gewürzt zubereitet sind.
Es ist darauf zu achten, daß das Fleisch mürbe gegart ist. Zähe Fleischstücke sind ungeeignet.

Beilagen

Von den *Sättigungsbeilagen* eignen sich vor allem folgende Gruppen:

Kartoffelbeilagen	(wie Salzkartoffeln, Stampfkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Butterkartoffeln, Béchamelkartoffeln),
Klöße	(lediglich Mehlklöße, andere Klöße sind ungeeignet, da zu schwer verdaulich),
Teigwaren	(Nudeln, Makkaroni, Hörnchen, Spirelli, Spaghetti, Wickli, Spätzle, jedoch nicht stark gewürzt und nicht in Fett angebraten),
Nährmittel	(Butterreis, Risotto, körnig gekochter Reis, mild gewürzt, Tomatenreis, Kräuterreis).

An *Salatbeilagen* können mild gewürzte, nicht blähende Frischkostsalate verwendet werden (Kopfsalat, Möhrensalat, Tomatensalat und gemischter Salat daraus).
An *Gemüsebeilagen* können naturell zubereitete Gemüse oder mit wenig zerlassener Butter zubereitete Gemüse, die nicht blähend sind, gegeben werden (z. B. Spinat, Möhren und bedingt auch Blumenkohl, junger Kohlrabi). Allerdings ist die Verträglichkeit von Gemüsen sehr unterschiedlich und kann in der Regel nur vom Schonkostbedürftigen selbst exakt eingeschätzt werden. Beispielsweise vertragen manche Magenkranke Sauerkraut recht gut, jedoch kann daraus nicht die Schlußfolgerung gezogen werden, daß Sauerkraut für diese Kostform allgemein geeignet ist.
An *Soßen* sind vor allem helle Soßen, die nicht mit Mehlschwitze zubereitet und legiert sind, geeignet. Sie sollen ohne scharfe Gewürze, wie Pfeffer, Curry, Chilli u. dgl., zube-

reitet werden. Braune Soßen können, wenn sie mild gewürzt sind, in kleinen Mengen ebenfalls gegeben werden, um eine Abwechslung zu bieten.
Nicht zu verwenden sind Würzsoßen (Tafelsoßen) aller Art einschließlich Ketchup.

Süßspeisen

Gut geeignet sind als *Frischobstnachtisch* alle gut ausgereiften Obstarten. Äpfel sind zu schälen. Geeignet sind auch Südfrüchte, wie Orangen und Bananen. Es können ebenfalls *Kompotte* von diesen Früchten zubereitet werden, allerdings ist Steinobst vor dem Garen zu entsteinen.
Obstsalat, allerdings ohne Alkohol zubereitet und ohne Sahne, dafür mit etwas Sandgebäck garniert, ist geeignet. Aus Früchten können ebenfalls *Fruchtgelees* aller Art zubereitet werden, aber ohne Verwendung von Wein.
Gleichfalls als Nachtisch geeignet sind leichte *Flammeris* (Vanilleflammeri u. dgl.) und Quarkspeisen.
Leichte Gebäcke, die nicht zu frisch sein dürfen, sind ebenfalls als Nachtisch geeignet.
Milchmischgetränke mit Fruchtsaft und Früchten bzw. Fruchtmus sind, ohne Alkohol zubereitet, gut geeignet.

Kalte Speisen

Grundprinzip ist zunächst, daß kalte Speisen nicht gekühlt (etwa direkt aus dem Kühlschrank) gegeben werden dürfen.
Für die einzusetzenden Lebensmittel gilt das bereits für warme Gerichte Dargelegte. Im begrenzten Umfang können *Eier* (allerdings keine hartgekochten Eier) verwendet werden. Magerer, mild gewürzter und nicht geräucherter oder gepökelter *Fisch* ist geeignet. Mageres *Schlachtfleisch* und *Geflügel* sind geeignet, ebenso wie *magere Käsesorten* und Quark.
Es ist auf eine milde Würzung zu achten. Mayonnaise darf nicht verwendet werden.
Bei den *Wurstsorten* empfiehlt es sich, auf die sog. Diätwurst zurückzugreifen, sonst sind fettarme, mild gewürzte, frische Wurstsorten (keine geräucherte Wurst) zu verwenden. Dasselbe trifft auf *Pasteten* (Fleischpasteten) zu, die als industrielles Erzeugnis nur verwendet werden können, wenn sie als Diäterzeugnis gekennzeichnet sind. Sonst müssen sie nach den Grundprinzipien der allgemeinen Schonkost in Eigenproduktion zubereitet werden.
Fleisch- oder Wurstsalate können mild gewürzt aus magerem Fleisch oder Diätwurst, nur ohne Mayonnaise, zubereitet werden. Zum Abschmecken sind vor allem Zitronensaft und gehackte Kräuter zu nutzen. An *Brot* kann gut abgelagertes Weißbrot oder Graubrot sowie Knäckebrot oder Grahambrot verwendet werden.

Gerichte für Leber- und Gallenschonkost

Leber- und Gallenschonkost ist eine spezielle Schonkost, die darauf gerichtet ist, Leber und Galle bei ihrer Arbeit zu entlasten und ihre beschränkte Leistungsfähigkeit zu berücksichtigen. Prinzipiell gilt, daß eine starke Fetteinschränkung zu erfolgen hat (nur Speiseöl und Butter in begrenzten Mengen zugelassen) und daß alle gekühlten Speisen und Getränke zu vermeiden sind.



An *Zubereitungsarten* sind vor allem die ohne Verwendung von Fett gut geeignet, also *Dünsten* mit wenig Fond, *Garziehen, Kochen; Garen in Folie* oder *Garen mit Mikrowellen* sowie *Dämpfen.* Bedingt geeignet ist auch das Langzeitbraten (Langbraten), allerdings muß die Bratkruste des Fleisches entfernt werden. Ebenso bedingt geeignet ist das Grillen, wenn dabei keine ausgeprägte Röstkruste entsteht. *Ungeeignete Lebensmittel* für Leber- und Gallenschonkost sind:
alle fettreichen Schlachtfleischarten und -teile (fettes Schweinefleisch, Hammelfleisch) sowie gepökeltes und geräuchertes Schlachtfleisch (Kasseler Rippespeer, Kasseler Kamm, Pökelfleisch),
alles fettreiche Geflügelfleisch (vor allem Ente und Gans),
alle fettreichen und (oder) geräucherten Wurstsorten und Fleischwaren,
alle fettreichen und (oder) geräucherten Fischarten oder Fischwaren,
hartgekochte Eier,
scharfe Gewürze, wie Pfeffer, Curry, Chilli, Paprika, Knoblauch, Essig, Senf, und alle damit gewürzten Lebensmittel,
blähende Gemüse, wie alle Kohlsorten, Porree, Sellerie, Gurke, sowie alle Hülsenfrüchte,
Fettkäse und geräucherte Käsezubereitungen,
alle Schlachtfettarten und Margarine,
alle mit Hefe zubereiteten Speisen oder Gebäcke (bedingt geeignet gut abgelagertes Weißbrot),
Speiseeis und alle Speiseeiszubereitungen,
alle Genußmittel einschließlich Bohnenkaffee und Kakao.
An *Suppen* sind vor allem helle gebundene Suppen, auch mit kleiner Einlage, geeignet. An warmen Gerichten können unter Beachtung der nicht dafür geeigneten Lebensmittel vor allem sog. fertige Gerichte in unterschiedlicher Zusammenstellung mit den dafür empfohlenen Zubereitungsarten hergestellt werden. Die sog. Pfannengerichte scheiden völlig aus, während Grillgerichte ohne scharfe Röstkruste bedingt geeignet sind.

Gerichte für Nierenschonkost

Nierenschonkost ist eine spezielle Schonkost, die darauf ausgerichtet ist, die eingeschränkte Leistungsfähigkeit der Niere und der Harnwege zu berücksichtigen. Typisch ist für diese spezielle Schonkost die drastische Flüssigkeitsbeschränkung sowie der Verzicht auf die Verwendung von Kochsalz zum Würzen. Im Verzicht auf Kochsalz und in der Flüssigkeitsbeschränkung ähnelt die Nierenschonkost der natriumarmen Kost bei Herz- und Kreislauferkrankungen.
An *Zubereitungsarten* sind alle in den Küchen üblichen für die Herstellung von Nierenschonkost erlaubt; eine Einschränkung ist unter Beachtung des Verzichts auf Kochsalzverwendung und der reduzierten Flüssigkeitsmenge nicht erforderlich. Dadurch ist es bedingt möglich, die Geschmacksverluste infolge des fehlenden Kochsalzes an den Gerichten auszugleichen. Es ist ferner notwendig, durch reichliche Verwendung von Küchenkräutern den Geschmack der Gerichte zu verbessern und so der Gefahr eines faden Geschmacks entgegenzuwirken.
Ungeeignete Lebensmittel für Nierenschonkost sind:
alle stark wasserhaltigen Lebensmittel (also die meisten Gemüse- und Obstsorten),
alle stark blähenden Lebensmittel (Kohlgemüse, Zwiebelgemüse, Hülsenfrüchte),
alle stark salzhaltigen Lebensmittel (Pökelfleisch, Schinken),

alle handelsüblichen Fleisch- und Wurstwaren, sofern nicht ausdrücklich als ohne Kochsalz zubereitet gekennzeichnet, gesalzene Fische und handelsübliche Fischkonserven).
stark eiweißreiche Lebensmittel,
Nüsse (Wal- und Haselnüsse), Mandeln,
alle alkoholischen Getränke.
Infolge der Flüssigkeitsbegrenzung können *keine Suppen* bei dieser speziellen Schonkost gegeben werden. Die *Soßenbeigabe* ist auf sehr kleine Portionen zu begrenzen.
Gut geeignet sind für Nierenschonkost vor allem alle *Weißfleischarten* (Kalb, Kaninchen, Geflügel) sowie Fisch in unterschiedlicher Zubereitung.
Es ist bei der Zusammenstellung der Gerichte zu beachten, daß der Eiweißanteil bei Nierenschonkost niedriger sein soll als bei der Normalkost, also eine leichte Eiweißeinschränkung ebenfalls empfehlenswert ist.

Gerichte für Herz- und Kreislaufschonkost

Herz- und Kreislaufschonkost ist in ihrer Wirkungsweise auf den großen Bereich der Herzerkrankungen und Kreislaufschädigungen zugeschnitten. Ihre Aufgabe besteht darin, bei der Ernährung alle Überanstrengungen von Herz und Kreislauf zu vermeiden. Diese spezielle Schonkost wird auch als *natriumarme* oder *kochsalzarme Schonkost* bezeichnet. Typisch ist für diese Kostform die radikale Flüssigkeitsbegrenzung, die Kochsalzarmut sowie die Fett- und Eiweißeinschränkung.
An *Zubereitungsarten* sind alle in den Küchen üblichen für Herz- und Kreislaufschonkost anwendbar, bis auf das Backen in Fett. Durch die vielseitige Anwendung der Zubereitungsarten und ihrer geschickten Kombination muß der Eintönigkeit bei Herz- und Kreislaufschonkost entgegengewirkt werden. Dem faden Geschmack infolge des Fehlens von Kochsalz ist durch reichliche Verwendung von Küchenkräutern zu begegnen. Außerdem kann das sog. Diätsalz (natriumfrei) verwendet werden.

Ungeeignete Lebensmittel für Herz- und Kreislaufschonkost sind:
alle kochsalzhaltigen Lebensmittel, einschließlich der gepökelten Lebensmittel (z. B. alle handelsüblichen Wurstsorten – sofern nicht ausdrücklich als kochsalzarm gekennzeichnet – und Fleischwaren, Fischwaren, Kasseler Rippespeer und Kamm, Fleisch- und Wurstkonserven, Bückling, Fischwaren und Fischkonserven), Käse,
alle geräucherten Lebensmittel (Räucherschinken, geräucherte Wurst, Räucherfisch, Räucherkäse),
alle stark fetthaltigen Lebensmittel, einschließlich aller in Fett gebackenen Lebensmittel,
alle schwerverdaulichen und blähenden Lebensmittel (Hülsenfrüchte, Kohlarten, Zwiebelgemüse, Pilze, frische Backwaren, Nüsse aller Art, Trockenfrüchte),
alle scharf gebackenen, gebratenen oder auch gerösteten Speisenkomponenten oder anderen Lebensmittel.
Infolge der radikalen Flüssigkeitseinschränkungen können *keine Suppen* bei dieser Kostform gegeben werden. *Soße* kann nur in sehr kleinen Portionen verabreicht werden. Als Geschmacksausgleich können solche *Gewürze,* wie Pfeffer, Paprika, Kümmel, Muskat, Lorbeer, Majoran, Knoblauch und Meerrettich, in angemessenen Mengen verwendet werden. Zu beachten ist, daß alle Portionen in der Menge unter denen von Normalkost liegen sollen. Es ist empfehlenswert, häufiger kleine Mahlzeiten bei dieser Schonkostform zu geben.



Gerichte für Diabetikerkost

Diabetikerkost ist eine spezielle Kostform, die darauf gerichtet ist, die gestörte Kohlenhydratverwertung bei der Verdauung zu berücksichtigen. Bei Diabetikern ist jedoch nicht nur der Kohlenhydrathaushalt gestört, sondern auch der Haushalt der anderen Grundnährstoffe (insbesondere der Fetthaushalt) in Mitleidenschaft gezogen. Das Krankheitsbild ist sehr unterschiedlich, deshalb erfolgt für jeden Diabetiker eine spezielle ärztliche Verordnung (Einstellung), nach der dieser die Kost zu berechnen hat. Demzufolge ist Diabetikerkost eigentlich keine Schonkost, sondern eine Diätform. Infolge der zunehmenden Tendenz der Erkrankung an *Diabetes mellitus* und der Tatsache, daß die davon Betroffenen zum großen Teil im Berufsleben stehen, ist es notwendig, in Speisegaststätten und Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen diese spezielle Kostform im Angebot zu berücksichtigen. Typisch für die Diabetikerkost sind die starke Einschränkung kohlenhydrathaltiger Lebensmittel und die Reduzierung des Fettanteils. Die Kohlenhydrate in der Nahrung werden nach sog. Kohlenhydrateinheiten (KHE) berechnet. Eine Kohlenhydrateinheit entspricht der Menge von 10 g Kohlenhydraten.
Als *Zubereitungsarten* der Gerichte für Diabetikerkost sind alle in den Küchen üblichen anwendbar.
Zucker sowie alle mit Zucker hergestellten Lebensmittel sind verboten. Das Süßen muß mit anderen Süßungsmitteln (vor allem Sorbit und Zückli) erfolgen.
Für die Speisenzubereitung sind bevorzugt die als *Diabetikerlebensmittel* gekennzeichneten zu verwenden.
Suppen sind ohne Bindung mit Mehl oder einem anderen stärkehaltigen Lebensmittel zuzubereiten. Es sind also in erster Linie die ungebundenen Suppen (Brühen) geeignet.
Gemüse sind naturell zuzubereiten, ohne jegliche Verwendung von Mehl und Mehlschwitzen.
Soßen sind naturell (also ohne Bindung) zuzubereiten oder nur sehr leicht zu binden.
Hackmassen sind nur mit Eiklar, aber nicht mit geweichtem Weißbrot, Reibebrot oder einem anderen stärkehaltigen Lebensmittel (z. B. Bratlingspulver) zu binden.
Sättigungsbeilagen, die alle aus stark kohlenhydrathaltigen Lebensmitteln bestehen, sind sehr klein zu halten. Über die richtige Menge muß der Diabetiker entsprechend seiner zugelassenen Kohlenhydratmenge selbst entscheiden.

10.3. Sonstige Gerichte

Diese Gruppe umfaßt solche Gerichte, die auch häufig als sog. *fleischlose Gerichte* bezeichnet werden. Im Prinzip handelt es sich um Gerichte, die ihrem Charakter nach weder in die Gruppe der kurzgebratenen Fleischgerichte, der fertigen Fleischgerichte oder einer der anderen Gruppen eingeordnet werden können. Es sind aber durchweg solche, die regional und traditionell beliebt sind und zunehmend Verbreitung erfahren haben. Allerdings sind sie noch zu wenig im Speisenangebot der Gaststätten und Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen zu finden, obwohl sie in nicht geringem Maße zur Abwechslung beitragen können.

Es sind fast ausnahmslos Gerichte, die mit geringem Aufwand herzustellen sind und auch keinen kostspieligen Lebensmitteleinsatz verlangen. Außerdem lassen sie sich meist vielfältig zubereiten. Im folgenden Text werden diese Gerichte eingeteilt nach:

sonstige Gerichte auf Gemüsebasis,
sonstige Gerichte aus Teigwaren, Nährmitteln und Kartoffeln,
sonstige Gerichte aus Quark oder Käse,
süße Gerichte.

Es handelt sich dabei nur um sog. warme Gerichte, von denen ein großer Teil sich auch für Schonkost eignet oder mit entsprechender Anpassung als Schonkost zubereitet werden kann. Viele davon sind als Kinderkost und vegetarische Gerichte geeignet.

Beispiele für sonstige Gerichte auf Gemüsebasis

Ashaks (Orient)

Siehe Porreepastetchen.

Blattspinat, überbacken

Siehe Spinat, überbacken.

Blumenkohlauflauf

Zubereitung wie Spargelauflauf (siehe dort), jedoch anstelle Spargel Blumenkohlröschen verwenden.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Obwohl bereits der in diesem Gericht enthaltene Reis als Sättigungsbeilage angesehen werden kann, ist es noch üblich, andere dazuzugeben (z. B. Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln). Ist das der Fall, empfiehlt es sich, den Reisanteil niedrig zu halten.

Bryndzové Halušky (ČSSR)

Siehe Nockerln mit Schafskäse.

Buttermilch-Quark-Pizza (Italien/Schweiz)

Eine kleine Form mit Blätterteig auslegen, dann mit nachfolgend beschriebener Quarkmasse füllen und glattstreichen: Quark passieren, mit angeschwitzten Jagdwurst- und Zwiebelwürfeln, Buttermilch, Eigelb, weißem Pfeffer, Salz, Oregano (wilder Majoran) und wenig Semmelbröseln zu einer kremigen Masse verrühren. Die so vorbereitete Pizza bei mittlerer Hitze (etwa 250 °C) ungefähr 25 Minuten backen, dann mit Schnittkäsesowie Jagdwurst- oder Schinkenscheiben belegen und nochmals 5 Minuten backen, bis der Belag bräunt bzw. der Käse zerlaufen ist.

Chicorée in Käsesoße

In ein gefettetes, feuerfestes Geschirr etwas Käsesoße geben, gedünsteten Chicorée auflegen, mit Käsesoße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, mit etwas zerlassener Butter beträufeln, überbacken.

Beilage: Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei.

Hinweis: Der Chicorée kann portionsweise zubereitet werden, dann wird er in dem feuerfesten Geschirr serviert. Er kann aber auch in mehreren Portionen zubereitet, ausgestochen und angerichtet werden.

Domates Dolmasi (Orient)

Siehe Tomaten, gefüllt mit Reis.

Fenchel in Rotwein

Gegarte Fenchelknollen in wenig Rotweinsoße dünsten, mit dieser anrichten, mit gehackten Kräutern bestreuen.



Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Würfelkartoffeln, Butterreis, Spätzle.

Gebackener Spinat mit Schafsmilchkäse (VR Bulgarien)

Siehe Spinat, gebacken, mit weißem Schafsmilchkäse.

Gemüsekroketten mit Tatarensoße

Aus gedünstetem Gemüse (Würfelkarotten, junge Erbsen, Brechbohnen) mit dicker Béchamelsoße, Eigelb und Krokettenmehl eine Krokettenmasse zubereiten, Walzen formen, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett backen, trocken anrichten, mit Petersilie und Tomatenachteln garnieren, Tatarensoße extra.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelcracker, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat,
Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Gemüseplatte mit Petersiliekartoffeln

Verschiedene gedünstete Gemüse (z. B. Würfelkarotten, Butterbohnen, junge Erbsen, Blumenkohlröschen) gefällig anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen und mit Petersiliekartoffeln ergänzen.

Hinweis: 1. Es sind sehr unterschiedliche Kombinationen (wenigstens aber vier verschiedene Gemüse) möglich.

2. Häufig wird die Gemüseplatte auch noch mit einem Setzei komplettiert.

Gemüseragout

Gedünstete Brechbohnen, Würfelkarotten und junge Erbsen sowie gegarte Blumenkohlröschen gemeinsam vorsichtig mit einer hellen Soße binden, mit Muskat und Zitronensaft abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Butterreis.

Hinweis: Die Soße darf nicht zu dick gehalten werden, damit das Gemüse nur ragoutartig gebunden wird.

Grüne Bohnen in Tomatensoße

Grüne Bohnen brechen und mit wenig Brühe gardünsten, mit dem sehr knapp gehaltenen Dünstfond in dicke Tomatensoße geben, durchziehen lassen ohne aufzukochen, beim Anrichten mit verrührtem Joghurt beträufeln und reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Butterreis, Risotto.

Gurkenragout mit Pilzen

Gurken schälen, die Kerne entfernen, in Stücke schneiden, mit in Scheiben geschnittenen Pilzen auf einen Ansatz von goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, salzen und paprizieren, gemeinsam dünsten, mit in zerquirltem Joghurt oder saurer Sahne angerührtem Mehl binden, nicht mehr aufkochen, mit Pfeffer, Zitronensaft und gehackten Kräutern abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Butterreis, Risotto.

Käsefondue (Schweiz)

Schnittkäse grob raspeln, mit wenig Mehl vermengen. Etwas Weißwein, den Käse und zerquetschten Knoblauch oder etwas Knoblauchpulver in das Fonduegefäß schütten, bei kräftiger Hitze und häufigem Umrühren diese Käsemasse schmelzen lassen. Dann die Fondue mit einem Schuß Weinbrand, Pfeffer, Paprika und Muskatnuß abschmecken. Dazu Weißbrotwürfel

geben, die der Gast mit der Fonduegabel in das Fondue taucht.

Beilage: Salatteller.

Kohlrabi mit Tomate, gedünstet

Kohlrabi in Würfel oder Streifen schneiden, auf angeschwitzten Zwiebelwürfeln mit wenig Brühe, Pfeffer und Salz dünsten, Tomatenwürfel zufügen und gemeinsam gardünsten. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Butterreis, Spätzle.

Hinweis: Kann auch mit Joghurt und gehacktem Dill vollendet werden.

Lapschewik (Sowjetunion)

Siehe Nudeln, gebacken.

Nockerln mit Schafskäse (Bryndzové Halušky)

Rohe, geschälte Kartoffeln grob reiben, mit Salz, Ei und – falls die Kartoffeln viel Wasser absondern – Mehl zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Den Teig durch ein sehr grobes Sieb in kochendes Wasser drücken oder vom Brett etwa bohnengroße Nocken aus dem Teig ins Wasser schaben. Wenn die Nocken gar sind, aus dem Wasser heben, gut abtropfen. Beim Anrichten ausgelassene, heiße Speckwürfel, saure Sahne und zerbröselten Schafskäse (Salzlakenkäse) über die Nockerln geben.

Hinweis: 1. Anstelle von Schafskäse kann auch Frischkäse verwendet werden.
2. In der ČSSR trinkt man dazu meist Buttermilch, Joghurt oder Kefir.

Nudeln, gebacken (Lapschewik)

Gekochte und abgespülte Bandnudeln mit einer Masse aus passiertem Quark, aufgeschlagenen Eiern, Zucker und Salz vermengen und auf ein gefettetes Backblech streichen. Die Oberfläche glätten und mit saurer Sahne bestreichen. Bei mittlerer Hitze backen und Portionsstücke abstechen.

Hinweis: Beim Anrichten mit saurer Sahne oder zerlassener Butter beträufeln.

Beilage: Kopfsalat.

Paprika, gefüllt mit Reis (Ungar. VR)

Gemüsepaprika vom Kerngehäuse befreien und gut säubern, überbrühen, mit einer Fülle aus körnig gekochtem Reis, Reibekäse, gehackter Petersilie, Pfeffer, Salz und zerquirltem Ei füllen, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit Tomatensaft angießen, garschmoren. Den Schmorfond mit Butter und gehackter Petersilie montieren, die Gemüsepaprika anrichten und mit dem Fond übergießen.

Beilage: Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Spätzle,
Kopfsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Paprika mit Ei und weißem Schafsmilchkäse (VR Bulgarien)

Gemüsepaprika vom Kerngehäuse bedünsten, reichlich Tomatenwürfel zugeben, gemeinsam dünsten, zuletzt mit zerquirltem Ei vermengten, zerkrümelten weißen Schafsmilchkäse, gehackte Petersilie und edelsüßen Paprika zugeben, gut verrühren und durchziehen lassen.

Beilage: Butterreis, Risotto, Champignonreis, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Pommes frites, Würfelkartoffeln.

Pilze, gedünstet, mit Bratkartoffeln

Gesäuberte Pilze in Scheiben schneiden und auf einen Ansatz von goldgelb ange-



schwitzten Zwiebelwürfeln geben, salzen und pfeffern, im eigenen Saft gardünsten, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen und mit Bratkartoffeln kombinieren.

Beilage: Kopfsalat.

Hinweis: Anstelle von Bratkartoffeln können auch andere Beilagen gewählt werden (z. B. Kartoffelbrei, Butterreis).

Porreepastetchen (Ashaks)

Nudelteig dünn ausrollen, tassenkopfgroß ausstechen, die ausgestochenen Teigflächen zur Hälfte mit einer Fülle aus streifig geschnittenem Porree, der mit zerlassener Margarine, Pfeffer und Salz vermengt ist, bedecken, die andere Teighälfte darüberklappen, andrücken, in Salzwasser garziehen lassen, auf einer Soße aus saurer Sahne, Salz und Knoblauchpulver anrichten, mit dieser Soße leicht überziehen und noch auf jeden Ashak etwas Tomatenketchup geben, mit gehackten, frischen Pfefferminzblättern bestreuen.

Beilage: Kopfsalat oder anderer Frischkostsalat.

Punjeni luk (SFR Jugoslawien)

Siehe Zwiebeln, gefüllt.

Spargelauflauf

In ein gefettetes, feuerfestes Geschirr gedünstete Spargelstücke (auch Brechspargel) geben, mit gekochtem Reis und gedünsteten grünen Erbsen abdecken, mit Béchamelsoße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln, Butterreis.

Hinweis: Kann portionsweise zubereitet und im Gargefäß serviert werden oder auch in mehreren Portionen, die portionsweise ausgestochen und angerichtet werden.

Spargel mit Gemüseallerlei

Gegarte Spargelstangen mit Buketts junger Erbsen, Würfelkarotten, Butterbohnen und Blumenkohlröschen anrichten, mit zerlassener Butter beträufeln, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Kartoffelbrei, Butterkartoffeln, Butterreis, Champignonreis.

Spargel mit Pilzen (Ungar. VR)

Gedünsteten Brechspargel oder Spargelstücke mit gedünsteten Pilzen vermengen, mit einer hellen Soße aus dem Spargelfond und Weißwein binden, mit Pfeffer, Salz und gehackter Petersilie abschmecken, mit Eigelb und Sahne legieren, durchziehen lassen, ohne aufzukochen.

Beilage: Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Butterkartoffeln, Butterreis, Risotto.
Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Spargel mit Schaumsoße

Gegarte Spargelstangen trocken anrichten, ringsum mit gedünsteten Pilzen und Würfelkarotten garnieren, den Spargel mit Schaumsoße (holländische Soße mit geschlagener, ungesüßter Sahne) überziehen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln, Butterkartoffeln, Schloßkartoffeln, Kartoffelplätzchen.

Spargel mit weißem Schafsmilchkäse (VR Bulgarien)

Gegarte Spargelstangen anrichten, mit zerlassener Butter beträufeln, mit zerkrümeltem, weißem Schafsmilchkäse und gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Pommes frites, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Salzkartoffeln.

Spargelpizza (Italien, Schweiz)

Eine runde, gefettete Backform mit ungesüßtem Hefeteig auslegen, mit Würfeln von angebratenem, magerem Speck, Tomatenwürfeln und Spargelstücken bedecken, mit einer Mischung aus zerquirltem Ei, Milch, Salz, Muskat und gehackter Petersilie übergießen, goldgelb backen.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Spargel, überbacken

Spargel in Salzwasser garen, gut abtropfen, auf gefetteter, feuerfester Platte oder anderem Geschirr anrichten (z. B. Saaleglas), mit geriebenem Käse dick bestreuen, mit zerlassener Butter beträufeln, überbacken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Kartoffelbrei, Kartoffelplätzchen, Champignonreis, Butterreis.

Spargel, überbacken, mit Kaschkavalkäse (VR Bulgarien)

In Salzwasser gegarte Spargelstangen auf gefettetem, feuerfestem Geschirr anrichten, mit Scheiben von gekochten Eiern belegen, mit einer Schicht Spargel abdecken, mit geriebenem Kaschkavalkäse bestreuen, Joghurt, der mit Pfeffer und Salz verrührt ist, darübergeben und überbacken.

Beilage: Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Butterreis, Risotto, Kartoffelplätzchen, Salzkartoffeln.

Spinat, gebacken, mit weißem Schafsmilchkäse (VR Bulgarien)

Fein zerkleinerten Spinat auf goldgelb geschwitzten Zwiebelwürfeln dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Reibekäse verrühren, in gefettetem, feuerfestem Geschirr anrichten, mit einer Mischung aus wenig Milch, zerquirltem Ei und Mehl übergießen, darauf zerpflückten weißen Schafsmilchkäse geben und überbacken.

Beilage: Butterreis, Risotto, Spätzle, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln.

Spinat, überbacken

Gedämpften oder gedünsteten Blattspinat in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit Käsesoße dick überziehen, überbacken.

Beilage: Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln, Pommes frites, Kartoffelkroketten.

Tomatenbohnen

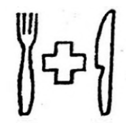
Weiße Bohnen mit Einweichwasser, Zwiebel und Lorbeerblatt garen, abtropfen, mit wenig, kräftig abgeschmeckter Tomatensoße vermengen, im Ofen kurze Zeit backen, anrichten und reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Spätzle,
Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Tomaten, gefüllt mit Reis (Domates Dolmasi)

Tomaten aufschneiden, aushöhlen, salzen und pfeffern, eine Fülle aus körnig gekochtem Reis, goldgelben Zwiebelwürfeln, zerquirltem Ei, Pfeffer, Salz und gehackter Petersilie hineingeben, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit wenig Brühe angießen, dünsten. Das Ausgehöhlte der Tomaten passieren, mit Joghurt, Salz und wenig Knoblauchpulver vermengen, über die Tomaten geben, und gemeinsam durchziehen lassen.

Beilage: Butterreis, Risotto, Champignonreis, Risi-Pisi, Spätzle, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln.



Zwiebeln, gefüllt (Punjeni luk)

Geschälte Zwiebeln etwa 5 Minuten kochen, abkühlen, quer durchschneiden, aushöhlen, eine Fülle aus körnig gekochtem Reis, angeschwitzten Zwiebelwürfeln, gehackter Petersilie und gehacktem Rosmarin sowie dem feingehackten Ausgehöhltem der Zwiebeln in die Zwiebelhälften geben, in gefettetes, feuerfestes Geschirr einsetzen, mit einer hellen Soße, die mit Tomatenmark, edelsüßem Paprika und Reibekäse abgeschmeckt ist, angießen, garschmoren.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln, Bratkartoffeln, Würfelkartoffeln.
Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Beispiele für sonstige Gerichte aus Teigwaren, Nährmitteln und Kartoffeln

Joghurtspätzleomelett

Spätzle bißfest garen, in Fett anschwenken, mit Salz und edelsüßem Paprika würzen, mit zerquirltem, mit Joghurt vermengtem Ei übergießen, in der Pfanne stocken lassen, Omelett formen, trocken anrichten, mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Selleriesalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Kartoffelpuffer

Eine Masse aus geriebenen, rohen Kartoffeln, Mehl, Salz und zerquirltem Ei herstellen, in eine kleine Stielpfanne geben, flach streichen und von beiden Seiten knusprig braten.

Hinweis: 1. Die Beilagen können sehr unterschiedlich sein. Häufig werden die Puffer auch nur mit Zucker bestreut gegessen.
2. Die Puffer werden auch mit Speck- und Zwiebelwürfeln hergestellt und dann meist als Reibekuchen bezeichnet (siehe dort).
3. Kartoffelpuffer können auch (erhebliche Arbeitserleichterung) aus industriell hergestelltem Puffermehl zubereitet werden.

Kloßscheiben, gebraten, mit Salat

Gekochte Klöße in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden, von beiden Seiten knusprig braten, salzen und mit edelsüßem Paprika bestäuben, trocken anrichten, mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, über die angerichteten Kloßscheiben noch ein Setzei zu geben.

Linsengericht mit Frischkost (Mdschaddara)

Linsen mit wenig Fleischbrühe und goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln sowie Petersiliestengeln garen, so daß gut gebundene, gegarte Linsen zubereitet sind, die keine Flüssigkeit mehr absondern. Anrichten und mit reichlich gehackten Kräutern bestreuen. Joghurt extra.

Beilage: Tomatensalat, Gurkensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Makkaroniauflauf

Gegarte Makkaroni in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit gedünsteten grünen Erbsen und Gemüsepaprikastreifen vermengen, mit einer Mischung aus zerquirltem Ei und Joghurt übergießen, mit

Reibekäse bestreuen, im Ofen backen, bis das Ei völlig gestockt und der Käse auf der Oberfläche leicht gebräunt ist.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Makkaroni mit Käse

In Salzwasser gegarte Makkaroni in wenig Butter oder Margarine anschwenken, anrichten, mit Reibekäse, der mit wenig edelsüßem Paprika vermischt ist, bestreuen.

Beilage: Tomatensalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Makkaroni mit Paprika

Makkaroni in Salzwasser garen, in wenig Butter oder Margarine mit gedünsteten Streifen von grünem Gemüsepaprika anschwenken, anrichten und obenauf zerpflücktes Rührei mit Tomatenwürfeln geben, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Makkaroni mit Tomatensoße und Käse

Makkaroni in Salzwasser garen, in wenig Butter oder Margarine anschwenken, salzen und mit Muskat würzen, anrichten, mit kräftig abgeschmeckter Tomatensoße umkränzen (kann auch extra gegeben werden), mit Reibekäse bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Makkaroni, überbacken

Makkaroni in Salzwasser garen, mit wenig Butter oder Margarine anschwenken, salzen, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit Reibekäse und Reibebrot bestreuen, mit wenig Butter beträufeln, überbacken.

Beilage: Tomatensalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Chicoréesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Maultaschen mit Spinat und brauner Butter

Nudelteig flach ausrollen, tassenkopfgroß ausstechen, die Hälfte jedes ausgestochenen Teiles mit einer Fülle aus püriertem Spinat und körnig gekochtem Reis bedecken, die andere Hälfte darüberschlagen, fest andrücken, in Salzwasser garziehen, abtropfen, trocken anrichten, mit leicht gebräunter Butter übergießen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, Bohnensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Mdschaddara (Orient)

Siehe Linsengericht mit Frischkost.

Nudelauflauf

In Salzwasser gegarte Bandnudeln und auf Zwiebelwürfeln gemeinsam mit Tomatenwürfeln gedünsteten Pilzen vermengen, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit zerlassener Butter oder Margarine beträufeln und 25 bis 30 Minuten bei mittlerer Hitze backen.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Nudelomelett

Zubereitung wie Joghurtspätzleomelett (siehe dort), jedoch anstelle Spätzle in Salzwasser gegarte Bandnudeln verwenden.

Beilage: Tomatensalat, Kopfsalat, Krautsalat, Bohnensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Pilzreiskuchen

Gedünsteten oder körnig gekochten Reis erkalten lassen, mit zerquirltem Eigelb, ge-



dünsteten Pilzen und Tomatenwürfeln sowie Eierschnee vermengen, in einer Stielpfanne von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit Reibekäse, der mit edelsüßem Paprika vermengt ist, bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Puffer

Siehe Kartoffelpuffer.

Reibekuchen mit Speck

Geriebene, rohe Kartoffeln mit zerquirltem Ei, Mehl, hellgelb angeschwitzten Speck- und Zwiebelwürfeln, Pfeffer und Salz vermengen, daraus handtellergroße Fladen von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, Apfelmus extra.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Man rechnet zwei bis drei Reibekuchen je Portion, dabei ist zu beachten, daß diese höchstens 1 cm dick sein sollen.

Reis, gebraten, mit Ei

Körnig gekochten Reis in Öl anschwenken, mit gedünsteten Tomatenwürfeln und jungen Erbsen vermengen, anrichten, mit zerpflücktem, naturellem Rührei und feinen Porreestreifen belegen.

Beilage: gemischter Salat.

Reis mit Pilzen (Risotto con funghi).

Gewaschenen, rohen Reis auf hellgelb angeschwitzte Zwiebelwürfel geben, kurz dünsten, mit gedünsteten Pilzen und Tomatenwürfeln vermengen, mit Brühe angießen (Verhältnis ein Teil Reis, zwei Teile Brühe), aufkochen, in der Bratröhre zugedeckt etwa 20 Minuten garziehen lassen, mit der Gabel Reibekäse und gehackte Petersilie unterrühren, anrichten.

Beilage: Kopfsalat, Krautsalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Anstelle der Tomatenwürfel kann auch Tomatenmark verwendet werden.

Reis mit Pilzen und Blumenkohl

Reis in Blumenkohlfond gardünsten, trocken anrichten, mit gedünsteten oder gargezogenen Blumenkohlröschen bedecken, mit gedünsteten Pilzen garnieren, mit einer pikanten, hellen Soße leicht soßieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, gemischter Salat.

Risotto con funghi (Italien)

Siehe Reis mit Pilzen.

Schnittknödel mit Zwiebelbutter

Aus einer Masse für gekochte Kartoffelklöße lange Rollen (etwa 3 · · · 4 cm Durchmesser) formen und Portionen davon abschneiden (etwa 4 · · · 5 cm lang), in Salzwasser garziehen, trocken anrichten, mit in Butter oder Margarine goldgelb geschwitzten Zwiebelwürfeln übergießen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Gemüsepaprikasalat, Selleriesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Spaghetti, pikant

Bißfest in Salzwasser gegarte Spaghetti auf einen Ansatz von goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, mit gedünsteten jungen Erbsen, Möhrenstreifen und feinen Delikateßgurkenstreifen durchschwenken, mit Salz und edelsüßem Paprika sowie Muskat abschmecken, anrichten und reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Rosenkohlsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Spätzle mit Salat

Spätzle in Salzwasser bißfest garen, in wenig Fett (Margarine oder Butter) anschwenken, mit Salz und edelsüßem Paprika abschmecken, anrichten, mit Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: Kopfsalat, gemischter Salat oder ein anderer Frischkostsalat.

Beispiele für sonstige Gerichte aus Quark oder Käse

Gebackener weißer Schafsmilchkäse mit Kartoffeln (VR Bulgarien)

Siehe Weißer Schafsmilchkäse, gebacken, mit Kartoffeln.

Gebackenes Käseschnitzel (VR Bulgarien)

Siehe Käseschnitzel, gebacken.

Käseschnitzel, gebacken

Eine Scheibe Schnittkäse in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, gut anklopfen, in Fett backen, trocken anrichten, mit Zitronenspalten und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: Kartoffelbrei, Butterreis, Graubrot,
Kopfsalat, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Quarkgaluschki (Sowjetunion)

Quark durch ein Sieb drücken, mit Weizenmehl, zerquirltem Ei, Pfeffer, Salz, Muskat und feingeschnittenem Schnittlauch zu einem Teig verarbeiten, daraus eine Rolle (etwa 3 cm Durchmesser) formen, davon 4···5 cm lange Stücke abschneiden, in Salzwasser garziehen, trocken anrichten, mit in wenig Butter oder Margarine angeschwenktem Reibebrot und heißer saurer Sahne übergießen.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Quark, gebacken

Quark durch ein Sieb drücken, mit Paprika, zerquirltem Ei, Salz, Muskatnuß und Reibekäse vermengen, in eingefettetes, feuerfestes Gefäß geben, mit Reibekäse bestreuen, mit wenig zerlassener Butter oder Margarine beträufeln, überbacken.

Beilage: Salzkartoffeln, Kartoffelbrei, Bratkartoffeln, Kartoffelcraeker, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Zubereitung kann als Einzelportion erfolgen, dann wird im Gargefäß serviert. Sie kann aber auch in mehreren Portionen vorgenommen und diese portionsweise ausgestochen werden.

Quark mit Kartoffeln

Quark durch ein Sieb drücken, mit Milch anrühren, mit Salz, Paprika und feingeschnittenem Schnittlauch oder Zwiebelwürfeln vermengen, portionsweise anrichten.

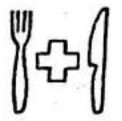
Beilage: Pellkartoffeln, Salzkartoffeln, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Der Quark kann auch noch mit Kümmel abgeschmeckt werden.

Quarktaschen

Nudelteig dünn ausrollen, tassenkopfgroß ausstechen, die ausgestochenen Teigteile zur Hälfte mit einer Quarkfüllung belegen, die andere Hälfte darüberklappen, fest andrücken, in Salzwasser garziehen, trocken anrichten, mit einer pikant abgeschmeckten hellen Soße überziehen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.



Piroggen mit würziger Quarkfüllung (Sowjetunion)

Hefeteig ausrollen, tassenkopfgroße Teile ausstechen, jedes Teigteil zur Hälfte mit einer Quarkfüllung aus Quark mit Zwiebelwürfeln, Delikateßgurkenwürfeln, Pfeffer, Salz und zerquirltem Ei belegen, die andere Teighälfte darüberklappen, fest andrücken, in Salzwasser garziehen, trocken anrichten, mit heißer saurer Sahne oder zerlassener Butter übergießen.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Weißer Schafsmilchkäse, gebacken, mit Kartoffeln (VR Bulgarien)

Geschälte Pellkartoffeln raspeln und in ein gefettetes Gefäß geben, mit zerpflücktem weißem Schafsmilchkäse bedecken, mit einer Mischung aus zerquirltem Ei und Milch übergießen, im Ofen backen.

Beilage: Kopfsalat oder ein anderer Frischkostsalat.

Beispiele für süße Gerichte

Apfelreis

Gewaschenen Reis in leicht gesalzene, kochende Milch geben, aufkochen, bißfest gedünstete Apfelstücke dazugeben, gemeinsam garen, bis der Reis die Milch aufgenommen hat und gar ist. Beim Anrichten mit Zucker bestreuen und mit wenig zerlassener Butter beträufeln.

Beilage: Kopfsalat.

Hinweis: Man rechnet auf einen Teil Reis drei Teile Milch.

Eierkuchen mit Früchten

Aus Milch, Mehl, zerquirltem Ei und etwas Salz Eierkuchenmasse herstellen, daraus dünne, knusprige Eierkuchen backen, rollen oder zu Dreiecken zusammenschlagen, trocken anrichten, mit Zucker bestreuen, mit gedünsteten Früchten umlegen.

Hinweis: Die Früchte können als Füllung auch in die Eierkuchen gegeben werden. Weitere Zubereitungsvarianten sind Eierkuchen, mit Marmelade gefüllt, mit Apfelmus oder mit einem anderen Kompott.

Grießklöße mit Birnen

Eine Brandmasse aus Grieß, Milch, Butter, Salz und Zucker herstellen, abkühlen, zerquirlte Eier einzeln darunterarbeiten, durchziehen lassen, mit dem Löffel Grießklöße abstechen, in Salzwasser garziehen, trocken anrichten, in Zuckerwasser gegarte Birnen dazugeben.

Grießschnitten mit Kompott

Mit Milch und Zucker zubereiteten Grießbrei auf einem kalt abgespülten Blech flach (etwa 2···3 cm hoch) auftragen, erkalten lassen, Schnitten schneiden (etwa 3 cm × 8 cm), durch Eigelb ziehen, knusprig braten, trocken anrichten, mit Zucker bestreuen, Kompott extra geben.

Hefeklöße mit Erdbeeren

Aus Hefeteig Klöße formen, auf gemehlten Backbrettern oder Tüchern etwas aufgehen lassen, in Salzwasser garziehen oder in Dampf auf Dämpfeinsätzen garen. Trocken anrichten und Erdbeerkompott, das auch leicht mit Maizena abgezogen sein kann, darumgeben.

Hinweis: 1. Eine große Hilfe stellen industriell gefertigte und gefrierkonservierte Hefeklöße dar, die nur noch gegart werden müssen.
2. Es sind viele andere Kombinationen möglich (z. B. Hefeklöße mit Heidelbeeren, mit Backobst).

Kirschmichel (Kirschauflauf)

Margarine mit Zucker, Zitronensaft, Eigelb schaumig rühren, in Milch geweichtes Weißbrot darunterrühren, gesäuberte Kirschen untermengen und die Masse in gefettete Kastenform oder Pfanne geben, im Bratofen bei mittlerer Hitze backen. Portionsweise abstechen, anrichten, mit Vanillesoße soßieren.

Hinweis: Kann auch ohne Soße gegeben werden, dann wird mit Staubzucker bestäubt.

Kirschpfannkuchen

Eierkuchenmasse mit entsteinten Sauerkirschen vermengen, Eierkuchen von beiden Seiten knusprig braten, anrichten, mit Zucker bestreuen.

Beilage: Kopfsalat.

Milchnudeln

Bandnudeln in leicht gesalzene, kochende Milch geben, aufkochen und garziehen, kurz vor dem Garpunkt Zucker und eingeweichte Rosinen zugeben. Beim Anrichten mit Zimtzucker bestreuen.

Beilage: Kopfsalat.

Milchreis

Gewaschenen Reis in leicht gesalzene, kochende Milch geben, aufkochen und garziehen, bis die Milch vom Reis aufgenommen ist. Beim Anrichten mit Zimtzucker bestreuen, mit zerlassener oder brauner Butter beträufeln.

Beilage: Kopfsalat.

Hinweis: 1. Man rechnet ein Verhältnis von einem Teil Reis und drei Teilen Milch.
2. Häufig wird noch Apfelmus als Beilage gegeben.

Mohnnudeln

Bandnudeln in leicht gesalzene, kochende Milch geben, aufkochen und garziehen. Gemahlenen Mohn mit kochender Milch überbrühen, ziehen lassen und unter die Nudeln mengen, gemeinsam durchziehen lassen, anrichten und mit Zucker bestreuen.

Beilage: Kopfsalat.

Papanasi cu Smetâna (SR Rumänien)

Siehe Quarkplätzchen, rumänisch.

Pflaumenknödel (Zwetschgenknödel)

Aus Masse für gekochte Kartoffelklöße Portionen abteilen, etwas flach drücken, auf jede Portion eine entsteinte, rohe Blaupflaume, die anstelle des Steines ein ganzes oder halbes Stück Würfelzucker enthält, geben, zusammenschlagen, Kloß formen, in Salzwasser garziehen. Trocken anrichten, mit in Butter angeschwenktem Reibebrot übergießen.

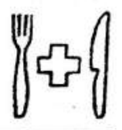
Quarkkeulchen mit Apfelmus

Gekochte und geschälte Pellkartoffeln wolfen, mit Weizenmehl und Salz zu Kloßmasse verarbeiten, passierten Speisequark (Verhältnis ein Drittel Quark und zwei Drittel Kartoffeln), zerquirltes Ei, geweichte Korinthen, Zucker daruntermengen, ovale Bratklößchen daraus formen, von beiden Seiten knusprig braten, trocken anrichten, mit Zucker bestreuen.

Beilage: Kopfsalat.

Quarkplätzchen, rumänisch (Papanasi cu Smetâna)

Quark durch ein Sieb streichen mit schaumiger Butter, Eiern, etwas Mehl, saurer Sahne, Salz, wenig Zucker und



feingeriebener Zitronenschale zu einer saftigen Masse verarbeiten. Daraus mit Mehl kleine runde Plätzchen formen und diese in Fett goldgelb backen. Beim Anrichten saure Sahne dazu geben.

Semmelklöße mit Backobst

Semmelklöße in Salzwasser garen, trocken anrichten, heißes, gekochtes Backobst, das mit Zitronensaft und Zucker abgeschmeckt und mit Maizena leicht gebunden ist, dazugeben.

Beilage: Kopfsalat.

Hinweis: Anstelle Semmelklöße können auch Klöße aus gekochten Kartoffeln oder Mehlklöße gegeben werden.

Zwetschgenknödel

Siehe Pflaumenknödel.

11. Gerichte für Kinderkost

11.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Gerichte für Kinderkost

Die Ernährungsbedarfsnormen von Kindern weichen von denen der Erwachsenen ab. Die noch anzutreffende Lösung, für Kinder halbe Portionen aus dem normalen Speisensortiment anzubieten, ist deshalb falsch. Sowohl in bezug auf Nährwert als auch auf Geschmack und Portionsgröße bestehen erhebliche Abweichungen. Aber auch innerhalb der Kinderkost gibt es altersbedingte Unterschiede im Ernährungsbedarf.
Es empfiehlt sich bei Kinderkost, zu unterscheiden zwischen Kleinkinderkost von einem Jahr bis unter 3 Jahren, Kinderkost von 3 bis unter 6 Jahren, Kinderkost für Kinder von 6 bis unter 9 Jahren und Kinderkost für die Altersgruppe von 9 bis unter 12 Jahren. Mit zunehmendem Alter der Kinder gleicht sich deren Kost immer mehr der von Erwachsenen an.
Kleinkinderkost weicht von der Erwachsenenkost durch einen höheren Eiweißanteil und etwas niedrigeren Fettanteil ab. Es sind mehrere kleine Tagesmahlzeiten (mindestens fünf) zu bieten. Die Gerichte müssen mild gewürzt sein, Pfeffer, Paprika, Curry u. dgl. sind zu vermeiden. Das trifft auch für alle Würzsoßen zu. Zu bevorzugen ist die Geschmacksnote «süß». Allerdings ist zu starkes Süßen, das wiederum zu starkem Durst führt, zu vermeiden. Alle blähenden Speisenkomponenten (Kohlsorten, Hülsenfrüchte) sind ebenso wie fettreiche und stark gewürzte bzw. solche mit intensivem Eigengeschmack (z. B. Hammelfleisch) zu vermeiden. Die Speisenkomponenten müssen völlig frei von Knochen und Gräten sein und mühelos mit dem Löffel verzehrt werden können. Besonderer Wert ist auf einen angemessenen Frischkostanteil (verzehrbares Frischobst) oder auf Kompott zu legen. Von den *Zubereitungsarten* sind *Dünsten, Garziehen, Kochen* oder *Braten* ohne starke Bratenkruste zu bevorzugen.
Kinderkost unterscheidet sich von der Erwachsenenkost ebenfalls durch einen höheren Eiweißanteil. Es sind mild gewürzte Speisen in kleinen Portionen zu bieten. Um eine ausreichende Ernährung zu sichern, ist die Tagesverpflegung auf wenigstens fünf Mahlzeiten zu verteilen; die Portionsgrößen müssen dem angemessen sein. Fettes Fleisch, fette Wurst, fetter Fisch oder fettes Geflügel sind nicht geeignet. Fleisch mit sichtbarem Fettansatz wird von Kindern fast immer abgelehnt. Scharfe Gewürze (Pfeffer, Curry, Paprika) sowie Wein oder Spirituosen können zum Würzen nicht verwendet werden.



Fisch ist nur grätenfrei anzubieten. Saure oder süßsaure Zubereitungen werden von Kindern nicht gern gegessen. Frischobst und Kompott sind verstärkt in die Kost einzubeziehen, ebenso Milch und Milcherzeugnisse in vielfältiger Form. Besondere Sorgfalt ist auf ein appetitliches Anrichten und ein möglichst vielfarbiges Aussehen der Gerichte zu legen. Sehr volle Teller sind zu vermeiden.
Für die Zubereitung von Gerichten für die Schulspeisung sind die Musterrezepturen für die Schulspeisung anzuwenden.[1]
Die nachfolgenden Beispiele sind den anderen Abschnitten des Handbuches entnommen und können unverändert oder geringfügig angepaßt, unter Beachtung der Hinweise für die Kinderkost und der konkreten Situation, angewendet werden.

11.2. Beispiele für Gerichte für Kinderkost

Beispiele für Suppen

Warme Suppen

a) Klare Suppen

Brühe mit Eierkuchenstreifen,
Brühe mit Eierstich,
Brühe mit Eierstich, Reis und Schinken,
Brühe mit Eiflocken,
Brühe mit Eigelb,
Brühe mit Geflügelklößchen und Spargel,
Brühe mit Gemüsestreifen oder -würfelchen,
Brühe mit Grießklößchen,
Brühe mit Hühnerfleisch und Eierstich,
Brühe mit Nudeln,
Brühe mit Reis und jungen Erbsen,
Brühe mit Tomateneierstich,
Einlaufsuppe,
Flädlesuppe,
Frühlingssuppe,
Geflügelsuppe mit Erbsen und Fadennudeln,
Gemüsesuppe,
Gemüsesuppe mit Fleischklößchen,
Karottensuppe,
Kartoffelsuppe mit Würstchen,
Reissuppe mit Blumenkohl,
Rindfleischsuppe mit Nudeln.

b) Gebundene Suppen

Blumenkohlsuppe,
Geflügelsuppe,
Geflügelsuppe mit Ei und Spargel,
Gemüsesuppe,
Gerstensuppe mit Klößchen,
Grießsuppe, geröstet,
Hühnersuppe mit Spargel,
Kalbfleischsuppe,
Kalbsnierensuppe,
Kartoffelsuppe,
Kohlrabisuppe, gebunden,
Kräutersuppe,
Mehlsuppe,
Reissuppe, gebunden,
Spargelsuppe.

c) Süße Suppen

Brotsuppe, süß,
Karamelsuppe,
Milchgrießsuppe,
Milchnudeln,
Milchsuppe,
Obstsuppe,
Puddingsuppe,
Schokoladensuppe.

[1] Anordnung über die Anwendung der Speisenplanempfehlungen für die Schüler- und Kinderspeisung vom 7. Januar 1976. (GBl., Sonderdruck Nr. 818);
Rezepturenkatalog für die Schüler- und Kinderspeisung. Berlin: Staatsverlag der Deutschen Demokratischen Republik 1976

Kalte Suppen

Erdbeerkaltschale (ohne Weißwein),
Heidelbeersuppe, polnisch,
Milchkaltschale,
Orangenkaltschale (ohne Weißwein),
Rhabarberkaltschale (ohne Weißwein),
Sauerkirschsuppe, ungarisch
(ohne Rotwein).

Beispiele für Eintopfgerichte

Gemüseeintöpfe

Gemüseeintopf (Grundzubereitung),
Gemüseeintopf mit Huhn,
Gemüseeintopf mit Reis,
Karotten mit Schweinefleisch,
Möhreneintopf mit Schinkenspeck und
Fischstreifen,
Weißkohl mit Rindfleisch,
Wirsingkohl mit Schweinefleisch.

Hülsenfruchteintöpfe

Bohnen mit Pökelfleisch,
Linsen mit magerem Speck,
Löffelerbsen.

Teigwaren- und Nährmitteleintöpfe

Brühnudeln mit Rindfleisch,
Brühreis mit Hühnerklein,
Gräupchen mit Gemüsen und Rindfleisch,
Gräupchen mit Rindfleisch,
Nudeln mit Huhn.

Mischeintöpfe

Gemüsetopf, überbacken,
Kartoffeleintopf mit Spätzle und
Rindfleisch,
Kartoffelgulasch,
Rindfleischeintopf,
Rindfleisch mit Nudeln und Kartoffeln,
Schweinefleisch mit Bohnen und Karotten,
Suppentopf mit Pilzen.

Gabeleintöpfe

Geflügelreis,
Gemüsegulasch mit Kartoffeln,
Hammelfleisch mit Makkaroni,
Kartoffelauflauf,
Kartoffel-Fleisch-Eintopf, pikant,
Quarkkartoffeln,
Reisfleisch,
Schweine- und Kalbfleischtopf, pikant.

Beispiele für warme Eiergerichte

Gekochte Eier

Eierauflauf,
Eierfrikassee,
Weiche Eier auf Spinat,
Weiche Eier auf Tomaten,
Weiches Ei, gebacken.

Verlorene Eier

Verlorene Eier auf Blattspinat,
Verlorene Eier auf Tomatenspirelli,
Verlorene Eier im Kartoffelrand,
Verlorene Eier im Reisrand,
Verlorene Eier mit Blumenkohl,
Verlorene Eier mit Mischgemüse.

Gebratene Eier

Rührei, naturell,
Rührei mit Geflügelleber,
Rührei mit Kräutern,
Rührei mit Schinken,
Rührei mit Semmelwürfeln,
Rührei mit Tomatenwürfeln,
Rührei mit Würstchen,
Spiegeleier, naturell,
Spiegeleier auf Blattspinat,
Spiegeleier auf Schinken,
Spiegeleier mit Spinat,
Spiegeleier mit Würstchen,
Tomateneier.

Eier im Näpfchen

Ei im Näpfchen mit feinem Ragout,
Ei im Näpfchen mit Sahne,
Ei im Näpfchen mit Spinat.



Gebackene Eier

Eier in Tomate,
Gebackene Eier mit Mischgemüse,
Gebackene Eier, naturell, mit
Kartoffelbrei.

Omeletts

Bauernfrühstück,
Kräuteromelett,
Omelett mit feinem Ragout,
Omelett mit Früchten,
Omelett mit Geflügelragout,
Omelett mit Konfitüre,
Omelett mit Schinken und Tomaten,
Omelett, naturell,
Tomatenomelett.

Eierkuchen

Apfeleierkuchen,
Eierkuchen mit Kompott,
Eierkuchen, naturell,
Eierpfannkuchen mit Spinat.

Beispiele für Fischgerichte

Fischbratklops,
Fischfilet, gebacken,
Fischfilet, gebraten,
Fischfiletten, gebacken,
Fischhackbraten,
Fischhackbraten, mit Ei gefüllt,
Fischhacksteak mit Ei,
Fischklopse,
Fischstäbchen,
Fischsteak, gegrillt (ohne Curry),
Fischsticks, gebacken,
Fischsticks in Ei,
Fischwürstchen, gegrillt,
Goldbarschroulade,
Goldbarschschnitzel,
Heilbutt am Spieß,
Kabeljau in Kräutersoße,
Kabeljau-Hacksteak,
Schollenfilet in Eihülle,
Seelachsbrisoletten.

Beispiele für Gerichte aus Geflügel

Geflügelgerichte müssen für Kinder entbeint werden, also völlig knochenfrei sein.

Gerichte aus Huhn

Brathähnchen,
Brathuhn,
Broiler in Ei und Tomate,
Goldbroiler, gegrillt,
Hühnerfleischauflauf mit Spargel,
Hühnerfleisch mit Makkaroni (ohne Paprika),
Hühnerfrikassee,
Hühnerkeule, geschmort,
Hühnerklößchen in Tomate,
Hühnerkroketten,
Hühnerröllchen, gegrillt,
Hühnerrisotto,
Huhn in Sahne,
Schmorhuhn.

Gerichte aus Putenfleisch

Pute, gebraten,
Putenfrikassee,
Putengulasch,
Putenkeule, geschmort,
Putenkroketten,
Putenrollbraten.

Gerichte aus Geflügelklein

Entenleber, gebraten,
Gänseleber, gebraten,
Geflügelmagen in Petersilietunke.

Beispiele für kurzgebratene Fleischgerichte

Kurzgebratene Gerichte aus Schweinefleisch

Kammsteak mit Ei,
Kasseler Kotelett mit Ei (ohne Knochen),
Schinkensteak,
Schweinespießchen,

Schweinskotelett, naturell (ohne Knochen),
Schweinskotelett, paniert (ohne Knochen),
Schweinslendchen in Zitronenbutter,
Schweinsmedaillon, naturell,
Schweineschnitzel in Sahne,
Schweineschnitzel, naturell,
Schweineschnitzel, paniert,
Schweinesteak mit Setzei,
Schweinesteak, naturell,
Tomatensteak (ohne Paprika zubereiten).

Kurzgebratene Gerichte aus Rindfleisch

Filetsteak, naturell,
Rindslende am Spieß (Marinieren mit Weißwein entfällt),
Zwiebelfleisch.

Kurzgebratene Gerichte aus Kalbfleisch

Kalbsbrust, gebacken,
Kalbsgeschnetzeltes (ohne Weißwein zubereiten),
Kalbskotelett, paniert (ohne Knochen),
Kalbsnüßchen,
Kalbsschnitzel, naturell,
Kalbssteak mit Rührei,
Kalbssteak, naturell,
Sahneschnitzel,
Wiener Schnitzel (Kalbsschnitzel, paniert).

Kurzgebratene Gerichte aus Hackfleisch und Wurst

Beefsteak, deutsch,
Bitki,
Blutwurst, gebraten,
Blutwurst, in Ei gebraten,
Blut- und Leberwürstchen, gebraten,
Brisolett,
Bulette,
Cocktailwürstchen mit Schnittlauch auf Kartoffelbrei,
Frikadelle,
Hacksteak in Ei (Hacksteak durchbraten),
Hacksteak mit Ei,
Hacksteak mit Reis in Tomate,
Jagdwurst, gebacken (anstelle Rotwein- oder Pilzsoße Tomatensoße geben),
Jagdwurst, gebraten, auf Spätzle (an Stelle Spätzle kann Kartoffelbrei gegeben werden),
Kalbssteak, gehackt (anstelle Champignonsoße Sahnesoße geben),
Leberkäse, in Bierteig gebacken,
Rinderhacksteak,
Rostbratwurst,
Würstchen in Ei.

Kurzgebratene Gerichte aus Innereien

Hirn, gebraten, mit Ei,
Kalbsleber, gebraten,
Kalbsniere, gebraten (statt Champignonsoße Sahnesoße geben),
Leber mit Zwiebel, gebraten,
Zunge, gebacken.

Beispiele für fertige Fleischgerichte

Gerichte aus Schweinefleisch

Jungschweinsrücken, gebraten,
Kasseler Kamm, gebraten,
Kasseler mit Blumenkohl,
Schinken mit Gemüse,
Schweinefleisch, gekocht,
Schweinskamm, geschmort,
Schweinskarbonnade, gedünstet,
Schweinskeule, geschmort (Fettauflage unbedingt entfernen),
Schweinslendchen in Sahne,
Schweinsragout in Sahne,
Schweinsroulade,
Schweinsroulade mit Ei,
Schweinsrücken, geschmort,
Schweinsrücken, glasiert (Knochen entfernen),
Schweineschnitzel, geschmort (mild abschmecken),
Tomatenfleisch.

Gerichte aus Rindfleisch

Lendenbraten,
Rindergulasch,
Rindergulasch mit Gemüse,



Rinderhaschee mit Ei (mild abschmecken, ohne Delikateßgurke und Senf zubereiten),
Rinderroulade,
Rindersaftbraten (ohne Rotwein zubereiten),
Rindersahnebraten,
Rindfleisch, gekocht,
Rindslende in Sahne,
Sahnegulasch.

Gerichte aus Kalbfleisch

Kalbfleisch, gargezogen,
Kalbfleischragout mit Gemüsen (zum Abschmecken keinen Rotwein verwenden),
Kalbsblankett,
Kalbsblankett mit Gemüsen,
Kalbsbrust, gefüllt,
Kalbsbrust, geschmort,
Kalbsfrikandeau, gespickt,
Kalbsfrikassee,
Kalbsnuß in Sahne, gespickt,
Kalbspörkölt,
Kalbsrollbraten, geschmort,
Kalbsroulade,
Kalbsroulade mit Ei (zum Garschmoren naturelle Kalbsbratensoße oder Sahnesoße verwenden),
Kalbssahnegulasch,
Kalbsschmorbraten.

Gerichte aus Kaninchenfleisch

Kaninchenfilet (statt Champignonsoße Sahnesoße zubereiten),
Kaninchenfrikassee,
Kaninchengulasch (ohne Knoblauch zubereiten, mit Paprika nur sehr vorsichtig würzen oder ohne Paprika zubereiten),
Kaninchen in Sahne (Fleisch entbeinen),
Kaninchenläufchen, geschmort,
Kaninchenläufchen in Tomatenrahmsoße,
Kaninchenrollbraten.

Gerichte aus Hackfleisch

Bratklopse, geschmort,
Hackbraten mit Ei,
Klopse in Petersiliesoße.
Krautroulade,
Schinkenhackbraten,
Tomaten, gefüllt,
Tomatenklopse.

Gerichte aus Innereien

Rinderzunge mit Gemüsen.

Beispiele für sonstige Gerichte (aus Abschnitt 10)

Sonstige Gerichte auf Gemüsebasis

Blumenkohlauflauf,
Gemüseplatte mit Petersiliekartoffeln,
Gemüseragout,
Kartoffelpuffer,
Kloßscheiben, gebraten, mit Salat,
Kohlrabi mit Tomate, gedünstet,
Makkaroniauflauf (ohne Gemüsepaprika zubereiten),
Makkaroni mit Käse,
Makkaroni mit Tomatensoße und Käse,
Nudelomelett,
Nudeltaschen mit Spinat und brauner Butter (Maultaschen),
Spargel mit Gemüseallerlei,
Tomaten, gefüllt mit Reis (Knoblauch nicht mit zum Abschmecken verwenden),
Spätzle mit Salat.

Sonstige Gerichte aus Quark und Käse

Quarkgaluschki,
Quark mit Kartoffeln,
Quarktaschen.

Süße Gerichte

Apfelreis,
Eierkuchen mit Früchten,
Grießklöße mit Birnen (können auch mit anderem Kompott kombiniert werden),
Grießschnitten mit Kompott,
Hefeklöße mit Erdbeeren,
Kirschmichel,
Kirschpfannkuchen,
Milchnudeln,
Milchreis,
Pflaumenknödel,
Quarkkeulchen mit Apfelmus.

12. Beilagen

12.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Beilagen

Beilagen sind Speisenkomponenten, die dazu dienen, Eier-, Fisch-, Geflügel-, Wild-, kurzgebratene oder langzeitgebratene (fertige) Fleischspeisenkomponenten zu vollständigen Gerichten zu komplettieren. Es handelt sich um *Soßen, Gemüsebeilagen, Salatbeilagen* und sog. *Sättigungsbeilagen.* Sie sind nicht den anderen Speisenkomponenten (z. B. Fleischkomponenten) nachgeordnet, sondern ermöglichen es erst, diese zu ausgewogenen Mahlzeiten im Sinne einer gesundheitsfördernden Ernährung einzusetzen. Die Zubereitung der Beilagen bedarf deshalb ebenfalls großer Sorgfalt.

Es gibt sehr viele, außerordentlich unterschiedliche Beilagen. Nahezu alle Lebensmittel können dazu verwendet werden. Aber auch unterschiedliche *Zubereitungsarten,* wie *Dünsten, Dämpfen, Kochen, Braten, Backen, Garen in Folie, Garen mit Mikrowellen* oder das Zubereiten ohne Hitzeeinwirkung (z. B. bei Frischkostsalaten), können angewendet werden. Die Vielfalt zeigt sich ebenfalls in den geschmacklichen Unterschieden und im unterschiedlichen Nährwert. Somit können Beilagen sehr gezielt eingesetzt werden, um bei der Zusammenstellung eines Gerichtes unterschiedlichen Ernährungsansprüchen und Ernährungsbedarfsnormen zu genügen. Zu beachten ist dabei auch die farbliche Zusammenstellung eines Gerichtes, damit es appetitlich wirkt.

Mit dem Einsatz der Beilagen wird auch die Voraussetzung geschaffen, den *Sättigungswert* eines Gerichtes, beispielsweise bei der Verwendung der gleichen Fleischspeisenkomponente, sehr unterschiedlich zu gestalten. Einige Beispiele für den unterschiedlichen *Energiegehalt* von Beilagen:[1]

Bayrisch-Kraut	545 kJ (130 kcal)
Blumenkohl, gebacken	2 000 kJ (480 kcal)
Champignons mit feinen Kräutern	545 kJ (130 kcal)

Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



Rosenkohl	710 kJ (170 kcal)
Rotkohl	1 170 kJ (280 kcal)
Kopfsalat mit Zitronenmarinade	210 kJ (50 kcal)
Gemüsepaprikasalat	335 kJ (80 kcal)
Rote Bete (Salat von roten Rüben)	565 kJ (135 kcal)
Selleriesalat	355 kJ (85 kcal)
Tomatensalat	335 kJ (80 kcal)
Bratkartoffeln	1 590 kJ (380 kcal)
Petersiliekartoffeln	1 050 kJ (250 kcal)
Pommes frites	1 880 kJ (450 kcal)
Salzkartoffeln	730 kJ (175 kcal)
Rohe Klöße	1 460 kJ (350 kcal)
Makkaroni	1 945 kJ (465 kcal)
Risotto	1 610 kJ (385 kcal)
Semmelklöße	1 905 kJ (455 kcal)

Im folgenden Text erfolgt die Gliederung der Beilagen nach

Sättigungsbeilagen,
Gemüsebeilagen,
Salatbeilagen,
Soßen.

12.2. Sättigungsbeilagen

Sättigungsbeilagen sind warme oder kalte Speisenkomponenten mit hohem Sättigungswert, die mit anderen Speisenkomponenten (z. B. aus Schlachtfleisch, Geflügel, Eiern, Wild, Fisch oder Gemüse) zu einem Gericht zusammengestellt werden. Der hohe *Sättigungswert* ergibt sich vor allem aus ihrem Gehalt an Kohlenhydraten. Bei der Zusammenstellung mit anderen Speisenkomponenten sind zu beachten:

die geschmackliche Harmonie zwischen den Komponenten,
die angemessene Portionsgröße der einzelnen Komponenten,
das Farbspiel zwischen den einzelnen Komponenten,
der Nährwert der einzelnen Komponenten (z. B. Vitaminausgleich, Eiweißgehalt).

Für die Sättigungsbeilagen sind als *Zubereitungsarten* am häufigsten *Kochen, Garziehen, Kurzzeitbraten* und *Backen in Fett.*

Nach den vorherrschenden Lebensmitteln und Zubereitungsarten können die Sättigungsbeilagen eingeteilt werden in

Kartoffelbeilagen,
Salate als Sättigungsbeilagen,
Klöße und Knödel,
Beilagen aus Teigwaren und Nährmitteln.

Im folgenden Text wird diese Gliederung zugrunde gelegt. Innerhalb dieser Gruppen sind noch weitere Unterteilungen möglich (z. B. bei Kartoffelbeilagen nach gekochten, gebratenen und in Fett gebackenen). Im anschließenden Text wird jedoch alphabetisch gegliedert.

Beispiele für Kartoffelbeilagen

Béchamelkartoffeln

In dicke Scheiben geschnittene, geschälte Pellkartoffeln mit heißer Béchamelsoße vermengen, mit geriebener Muskatnuß abschmecken, aufkochen lassen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gekochtes Rindfleisch, gekochtes Schweinefleisch.

Bouillonkartoffeln

Siehe Brühkartoffeln.

Bratkartoffeln I

Erkaltete, in Scheiben geschnittene, geschälte Pellkartoffeln in heißem Fett braten, so daß sie leicht gebräunt sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilage für: gebratene Eier, gebratenen Fisch, gebratene (kurzgebratene) Schlachtfleischstücke, wie Schnitzel, Sülze.

Hinweis: Die Bratkartoffeln können auch mit wenig gehacktem Kümmel gewürzt werden. Bei Zubereitung mit Zwiebelwürfeln oder Zwiebelscheiben werden sie als Zwiebelbratkartoffeln bezeichnet (siehe dort).

Bratkartoffeln II

Geschälte, rohe Kartoffeln in Scheiben schneiden, mit Speck oder in Fett goldgelb braten, salzen.

Beilage für: Steaks aus Schlachtfleisch, Wild oder Fisch.

Brühkartoffeln (Bouillonkartoffeln)

Rohe, geschälte Kartoffeln in Würfel schneiden, in Salzwasser etwa fünf Minuten kochen, abgießen, in kochende, kräftige Brühe geben, angedünstete Möhren- und Selleriewürfelchen sowie Porreestreifen dazugeben, gemeinsam garen (die Kartoffeln sollen gerade mit Brühe bedeckt sein). Mit der Brühe anrichten, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gekochtes Rindfleisch, gekochtes Schweinefleisch, gargezogene Fleischklößchen.

Butterkartoffeln

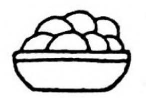
Kartoffelbrei oder Stampfkartoffeln mit Butterflöckchen vollenden.

Beilage für: gedünstete Fischschnitten oder -röllchen, gedünstetes Kalb- oder Geflügelfleisch, Rührei, gestürzte Eier, Eier im Näpfchen, helle Fisch-, Geflügel- oder Kalbfleischragouts.

Hinweis: Es werden auch Salzkartoffeln, die beim Anrichten mit Butterflöckchen garniert werden, als Butterkartoffeln bezeichnet.

Buttermilchkartoffeln I

Gekochte Pellkartoffeln in dicke Scheiben schneiden, mit einer hellen Soße aus Mehlschwitze mit magerem Speck und Butter-



milch vermengen, aufkochen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gekochtes Rindfleisch oder Schweinefleisch, Pökelfleisch, gargezogenes Fischfilet.

Buttermilchkartoffeln II

Geschälte Pellkartoffeln in dicke Scheiben schneiden, in ein gefettetes, feuerfestes Gefäß einschichten, salzen, mit Buttermilch übergießen, im Bratofen bräunen. Beim Anrichten aus dem Gefäß in Portionsgröße ausstechen, reichlich mit Petersilie bestreuen.

Beilage für: gebratenes Fischfilet, gebratene Fleischklößchen, geschmorte Steaks oder Rostbraten, Setzeier, gebratenen und marinierten Fisch.

Craeker

Siehe Kartoffelcraeker.

Dampfkartoffeln

Siehe Salzkartoffeln.

Estragonkartoffeln

In dicke Scheiben geschnittene, geschälte Pellkartoffeln mit Béchamelsoße oder heller Grundsoße vermengen, salzen, mit Pfeffer und Muskat abschmecken, aufkochen, gehackten Estragon untermengen, durchziehen lassen.

Beilage für: gedünstetes Fischfilet oder Fischröllchen, gedünstete Hühner- oder Broilerbrust, Hackfleischklößchen, gekochtes Rind-, Kalb-, Schweine- oder Hammelfleisch, verlorene Eier.

Gebackene Kartoffeln

Siehe Kartoffelchips.
Siehe Kartoffelcraeker.
Siehe Kartoffelkroketten.
Siehe Pommes frites.
Siehe Streichholzkartoffeln.
Siehe Strohkartoffeln.
Siehe Waffelkartoffeln.

Gebackene Kartoffeln mit saurer Sahne

Siehe Kartoffeln mit saurer Sahne, gebacken.

Gebratene Kartoffeln

Siehe Kartoffeln, gebraten.

Kartoffelchips

Mittelgroße, rohe, geschälte Kartoffeln in etwa 1 mm dicke Scheiben schneiden, gut abtrocknen, in heißem Fett knusprig braten, abtropfen, salzen. Beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gegrillte Schweins-, Kalbs- oder Hammelsteaks und -koteletts, Rumpsteak, Schaschlyk, gegrillte Fischsteaks, Mixed Grill, gegrillten Broiler.

Hinweis: Kartoffelchips werden auch industriell vorgebacken hergestellt. Kartoffelchips eignen sich warm oder kalt auch als Beigabe für Getränke (beispielsweise können sie zu Wein geknabbert werden).

Kartoffelcraeker

Kartoffelcraeker aus der Packung in heißes Fett geben, schwimmend backen, bis sie aufgegangen sind, gut abtropfen, salzen.

Beilage für: gebratenes oder gebackenes Fischfilet, Fischsteaks, Schaschlyk, Grillwurst, gebratene Fleischklößchen, gegrillten Broiler, Schweinesteak.

Hinweis: Kartoffelcraeker werden als industriell hergestelltes Halbfabrikat geliefert und stellen eine Arbeitserleichterung in der Küche dar. Sie können auch anstelle Kartoffelchips verwendet werden.

Kartoffelkroketten

Pürierte Salzkartoffeln mit Eigelb, Butterflöckchen und Muskat zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten, daraus (etwa 5 cm lang und 3 cm Durchmesser) Walzen formen, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett goldgelb backen.

Beilage für: Steaks, kurzgebratene Geflügelstücke (z. B. Hühnerbrust), Zunge in Rotwein, Wildfleischkomponenten in Sahne- oder Rotweinsoße.

Hinweis: 1. Kartoffelkroketten können auch anders geformt werden (z. B. als Bällchen).
2. Die Zubereitung wird erheblich durch die Verwendung industriell hergestellten Krokettenmehles vereinfacht.

Kartoffelkugeln, gebraten (Nußkartoffeln, Pariser Kartoffeln)

Aus großen, rohen, geschälten Kartoffeln mit einem Ausstecher Kugeln ausbohren, in Salzwasser blanchieren, gut abtropfen, in Fett goldgelb braten, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Steaks aus Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, gebratenen Fisch (z. B. gebratene Forelle, Karpfen), gebratenes Wildgeflügel und gebratenes, mageres Geflügel.

Kartoffeln, gebraten (Pommes risolées)

Kleine Pellkartoffeln schälen oder größere, geschälte Pellkartoffeln halbieren oder vierteln (die gebratene Kartoffel soll walnußgroß sein), in Fett goldgelb braten, salzen, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Schweineschnitzel oder Schweinesteak, deutsches Beefsteak oder gebratene Hackfleischklößchen, gebratenes Fischfilet, Fleisch- oder Gemüsesülze, Setzeier, Gemüseplatte.

Hinweis: Die Bezeichnung dieser Kartoffeln als Röstkartoffeln ist falsch, da die Kartoffeln nicht geröstet, sondern gebraten werden.

Kartoffeln mit Ei

Geschälte Pellkartoffeln kleinwürflig schneiden, in Fett goldgelb braten, mit in saurer Sahne oder Joghurt verquirltem Ei begießen, durchschwenken und Ei stocken lassen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Salatplatte, Gemüseplatte, gebackenen Blumenkohl, gedünsteten Chicorée, panierte Schnitzel, gebratenen Fisch, Bratwurst, gebratene Fleischklößchen, gebratene Wurst.

Kartoffeln mit saurer Sahne, gebacken

Mittelgroße Kartoffeln in der Schale gut reinigen (abbürsten), mit Salz bestreuen, einzeln in gefettete Aluminiumfolie hüllen, im Bratofen oder Backofen in trockener Hitze garen, die Folie vorsichtig öffnen, jede Kartoffel kreuzweise einschneiden und dort die Schale ablösen, in die Öffnung ein Löffelchen saure Sahne geben und mit gehacktem Dill oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: Steaks von Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, geschmorte Kalbshachse, geschmortes Wildfleisch (z. B. Hirschkeule, Wildschweinbraten), gekochten Lachs oder Stör.

Kartoffeln, sauer

Geschälte Pellkartoffeln in dicke Scheiben schneiden, in eine Soße aus einer dunklen Mehlschwitze mit Zwiebel und Brühe geben, mit Essig, Pfeffer und Salz abschmecken, aufkochen, gehackten Dill untermengen, durchziehen lassen.

Beilage für: gekochtes Rind-, Schweine- oder Hammelfleisch, Pökelfleisch, gebratene Fleischklößchen, Hackbraten,



gekochten Schweinskopf, gekochtes Rauchfleisch.

Kartoffeln, überbacken

Geschälte Pellkartoffeln in dicke Scheiben schneiden, mit Béchamelsoße vermengen, in gefettetes, feuerfestes Geschirr geben, mit geriebenem Käse und Semmelmehl bestreuen, Butterflöckchen darübergeben, überbacken.

Beilage für: gebratenen Fisch, gebackenen Fisch, gebackene oder gebratene Eier, Zwiebelfleisch, Bratwurst, gebratene Hackfleischklößchen.

Kartoffelplätzchen I (Pommes Duchesses)

Pürierte Salzkartoffeln mit Eigelb, Butterflöckchen und Muskat zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten, auf ein gefettetes Blech mit der Sterntülle Plätzchen spritzen, mit Eigelb bepinseln, goldgelb backen.

Beilage für: gedünsteten Fisch, gedünstetes Geflügel oder Kalbfleisch, helle Ragouts aus Fisch oder Kalbfleisch, Zungenragout, Ragouts von Krebsen.

Hinweis: 1. Es ist auch möglich, auf ein feuerfestes Geschirr (Platte) mit dieser Kartoffelmasse einen Ring mit hohem Rand zu spritzen, mit Eigelb zu bestreichen, zu backen und in diesem Ring ein Ragout anzurichten.
2. Siehe auch Macairekartoffeln.

Kartoffelplätzchen II

Gekochte Kartoffeln pürieren, mit Mehl, zerquirltem Ei, Salz, Pfeffer und Muskat zu einer Masse verarbeiten, Rollen formen (etwa 5···6 cm Durchmesser), in dünne Scheiben schneiden, die Scheiben mehlieren und in Fett von beiden Seiten goldgelb braten.

Beilage für: Rinderschmorbraten, Sauerbraten, Rindergulasch, geschmorte Rostbraten, Paprikafleisch, Fischragout, Eierragout, Gemüseplatte.

Kartoffelring (Kartoffelrand)

Siehe Kartoffelplätzchen.

Kräuterkartoffeln

Geschälte Pellkartoffeln in dicke Scheiben schneiden, mit Béchamelsoße oder heller Grundsoße vermengen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, aufkochen, reichlich mit gehackten Kräutern vermengen.

Beilage für: gargezogenen Fisch, gekochtes Rind- oder Schweinefleisch, gedünstetes Kalbfleisch, gebratenes Fischkotelett, gebackene Fischstäbchen, Setzeier.

Lyoner Kartoffeln

Siehe Zwiebelbratkartoffeln.

Macairekartoffeln

Pürierte Salzkartoffeln mit angebratenen Speckwürfeln, Zwiebelwürfeln, gehackter Petersilie, Muskat und weißem Pfeffer zu einer Masse verarbeiten, Plätzchen (etwa 1½···2 cm dick) formen, auf ein gefettetes Blech setzen, im Ofen goldgelb backen.

Beilage für: Rindersaftbraten, Hammelbraten, geschmorte Rostbraten, Zungenragout, dunkles Geflügelragout, Rindslende in Sahnesoße, Hasenrücken oder geschmorte Keule, Hirschkeule.

Majorankartoffeln

Geschälte Kartoffeln in Salzwasser garen, pürieren, mit heißer Milch verrühren, mit goldgelb gebratenen Zwiebelwürfeln, Majoran, Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage für: Bratwurst, gebratene Blut- oder Jagdwurst, gebratenes Hackfleisch-

klößchen, Topfbraten, pikante Nierchen, Schweinsgulasch, braunes Geflügelragout, gebratenen Hering oder Makrele, Wildragout.

Mandelbällchen

Siehe Mandelkroketten.

Mandelkroketten (Mandelbällchen)

Pürierte Salzkartoffeln mit Eigelb, Weizenmehl, Salz und Muskat zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten. Fingerdicke Würste daraus rollen, in etwa 5 cm lange Stücke schneiden, in Mehl, zerquirltem Eigelb und mit geraspelten Mandeln vermengtem Reibebrot panieren, in Fett goldgelb backen.

Beilage für: gebratenes Wildgeflügel, gebratenen oder geschmorten Hasen-, Reh- oder Hirschrücken, Bratgeflügel, gegrillten Lachs, gebratene Seezunge.

Nußkartoffeln

Siehe Kartoffelkugeln, gebraten.

Paprikakartoffeln

In Würfel geschnittene, rohe, geschälte Kartoffeln in eine nicht zu dick gehaltene Paprikasoße geben und darin garen. Zuletzt Tomatenmark oder Paprikamark (Pritamin, Import aus der Ungar. VR) darunterrühren und, falls erforderlich, mit Salz abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gekochtes Rind-, Schweine- oder Hammelfleisch, gekochte Fleisch-, Fisch- oder Geflügelklopse, Schweine- oder Rinderbraten, gebratene Wurst, gebratene Fischschnitte.

Pariser Kartoffeln

Siehe Kartoffelkugeln, gebraten.

Petersiliekartoffeln I (Schwenkkartoffeln)

Kleine, geschälte und heiße Pellkartoffeln in zerlassener Butter oder Margarine mit gehackter Petersilie anschwenken, ohne Farbe nehmen zu lassen.

Beilage für: gedünsteten oder gebratenen Fisch, gedünstetes Geflügel, helle Ragouts aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch, Gemüse- oder Salatplatte, Rührei.

Petersiliekartoffeln II

Geschälte Kartoffeln in große Würfel schneiden, in Salzwasser fast garkochen, gut abtropfen, in heißem Fett mit gehackter Petersilie goldgelb braten.

Beilage für: Bratgeflügel, gebratene Steaks, Schnitzel, gebratenen oder gebackenen Fisch, Setz- oder Rühreier, Fleisch-, Fisch- oder Gemüsesülze, Gemüseplatte.

Petersiliekartoffeln III

Frisch gekochte Salzkartoffeln anrichten, mit Butterflöckchen belegen und reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Kalbs- oder Geflügelfrikassee, helle Fischragouts, gebratene Forelle, Kalbsbraten, Brathuhn, gekochten Fisch, Gemüseplatte.

Pommes allumettes

Siehe Streichholzkartoffeln.

Pommes carrées

Siehe Würfelkartoffeln.

Pommes château

Siehe Schloßkartoffeln.

Pommes chips

Siehe Kartoffelchips.



Pommes Duchesses

Siehe Kartoffelplätzchen.

Pommes fondantes

Siehe Schmelzkartoffeln.

Pommes frites

Große, geschälte Kartoffeln von allen Seiten glatt schneiden, anschließend in etwa 1 cm dicke Scheiben und diese wiederum in 1 cm dicke Streifen schneiden. Gut abtropfen, in Fett oder Wasser überwällen (blanchieren), gut abtropfen, in heißem Fett knusprig backen, abtropfen und salzen.

Beilage für: Steaks, gegrilltes Geflügel, doppeltes Lenden- oder Filetsteak, gebackenen Fisch, Gemüseplatte.

Hinweis: Pommes frites werden blanchiert und gefrierkonserviert in der Nahrungsgüterwirtschaft produziert und sind in der Küche nur noch nachzubacken. Damit kann die arbeitsaufwendige Zubereitung der Pommes frites in den Küchen erheblich rationalisiert werden.

Pommes gaufrettes

Siehe Waffelkartoffeln.

Pommes pailles

Siehe Strohkartoffeln.

Pommes risolées

Siehe Kartoffeln, gebraten.

Salzkartoffeln

Geschälte, mittelgroße Kartoffeln halbieren (große Kartoffeln vierteln), in Salzwasser kochen, das Wasser abschütten, die Kartoffeln kurz abdämpfen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Salzkartoffeln sind die verbreitetste Kartoffelbeilage und können nahezu mit allen Fleisch-, Fisch-, Geflügelkomponenten kombiniert werden. Sie sollten allerdings nicht zu kurzgebratenen und gegrillten Komponenten gegeben werden.

Hinweis: 1. Salzkartoffeln können auch auf Dämpfeinsätzen gedämpft und dann als Dampfkartoffeln bezeichnet werden.
2. Eine Garmethode für Salzkartoffeln besteht darin, sie nur halbgar zu kochen und anschließend garziehen zu lassen.

Schinkenkroketten

Unter Kartoffelkrokettenmasse (siehe dort) angeschwitzte Schinkenwürfelchen mengen, Kroketten formen, in Mehl, zerquirltem Ei und Reibebrot panieren, in Fett goldgelb backen.

Beilage für: gebratenes Wildgeflügel, geschmortes Wildfleisch (z. B. Hirschkeule, Wildschweinkeule, Hasenläufchen, Hasenrücken), gebackenen Fisch, Brathähnchen oder gegrillten Broiler, Paprika- oder Sahneschnitzel.

Schloßkartoffeln (Pommes château)

Rohe, geschälte Kartoffeln halbmondförmig zurechtschneiden, in Salzwasser blanchieren, gut abtropfen, in Fett goldgelb braten, salzen und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gebratenen Fisch (z. B. Seezunge, Edelfischfilet), gekochten Lachs oder Stör, gebratenes Geflügel, Kalbssteak, Rehsteak, Pökelzunge in Rotwein.

Schmelzkartoffeln (Pommes fondantes)

Kleine, rohe, geschälte Kartoffeln länglichrund zurechtschneiden, in gefettetes Randblech oder Pfanne einsetzen, mit wenig Brühe angießen, in der Brat- oder Backröhre bei häufigem Bepinseln garen.

Beilage für: gedünstetes Geflügel, gedünstete Fischschnitten oder -röllchen, gedünstetes Kalbfleisch.

Schwenkkartoffeln

Siehe Petersiliekartoffeln.

Soßenkartoffeln

Siehe Béchamelkartoffeln.
Siehe Estragonkartoffeln.
Siehe Kartoffeln, sauer.
Siehe Kräuterkartoffeln.
Siehe Paprikakartoffeln.
Siehe Speckkartoffeln.
Siehe Tomatenkartoffeln.

Speckkartoffelbrei

Salzkartoffeln pürieren, mit angeschwitzten Speck- und Zwiebelwürfeln, wenig heißer Milch verrühren, mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken.

Beilage für: Bratwurst, gebratene Blutwurst, gebratene Blut- und Leberwurst, gebratene Fleisch- oder Fischklößchen, Sauerbraten, gebratenen Karpfen oder Hering.

Hinweis: Der Speckkartoffelbrei kann auch noch mit wenig heißem Apfelmus verrührt werden.

Speckkartoffeln

Geschälte Pellkartoffeln in dicke Scheiben schneiden, in Specksoße geben, aufkochen, mit gehackter Petersilie vermengen, durchziehen lassen.

Beilage für: gekochten Fisch, gekochtes Rindfleisch, gekochte Fleisch- oder Fischklopse, gebratenes und mariniertes Fischfilet, Brathering, marinierte Fischsticks.

Stampfkartoffeln

Salzkartoffeln zerstampfen, mit wenig heißer Milch und etwas Kochwasser verrühren, mit Muskat abschmecken.

Beilage für: pikante Nierchen, Herzragout, Fischragout, Gemüsegulasch, Sauerbraten, Schmorgurke, Eierfrikassee, Brathering, marinierte Fischsticks.

Streichholzkartoffeln (Pommes allumettes)

Rohe, geschälte Kartoffeln in streichholzgroße Streifen schneiden, abtrocknen, in heißem Fett knusprig backen, abtropfen, salzen.

Beilage für: gegrillte Steaks aus Schlachtfleisch, Fisch und Wild, Mixed Grill, Schaschlyk, Leberspießchen, doppeltes Lendensteak und Rumpsteak, gegrilltes Geflügel.

Strohkartoffeln (Pommes pailles)

Geschälte Kartoffeln in etwa 2 mm dicke Streifen von etwa 5 cm Länge schneiden, gut abtrocknen, in heißem Fett knusprig backen, abtropfen, salzen.

Beilage für: wie bei Streichholzkartoffeln.

Tomatenkartoffeln

Geschälte Pellkartoffeln in dicke Scheiben schneiden und in heiße Tomatensoße geben, aufkochen und durchziehen lassen.

Beilage für: gekochtes Rind-, Schweine- oder Hammelfleisch, Kochklopse, Hackbraten, gebratenes Fischkotelett.

Überbackene Kartoffeln

Siehe Kartoffeln, überbacken.

Waffelkartoffeln (Pommes gaufrettes)

Rohe, geschälte Kartoffeln auf einem Hobel mit Waffelmuster in etwa 3···4 mm dicke Scheiben hobeln, gut abtrocknen, in heißem Fett knusprig backen, abtropfen, salzen.

Beilage für: Steaks aus Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, Mixed Grill, Bratgeflügel.



Würfelkartoffeln I (Pommes carrées)

Rohe, geschälte Kartoffeln in große Würfel schneiden, in Wasser blanchieren, gut abtropfen, in Fett goldgelb braten, salzen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks aus Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, gebratenes Wildgeflügel, gebratene Edelfische (z. B. Forelle, Schleie).

Würfelkartoffeln II

Zubereitung wie Würfelkartoffeln I, jedoch nicht braten, sondern in heißem Fett knusprig backen.

Beilage für: gegrillte Steaks von Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, gegrilltes Geflügel, Schaschlyk, Leberspießchen, gegrillte, ganze Fische.

Zwiebelbratkartoffeln (Lyoner Kartoffeln)

Geschälte Pellkartoffeln in dicke Scheiben schneiden, in Fett anbraten, mit leicht angebräunten Zwiebelscheiben vermengen, durchschwenken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks aus Schlachtfleisch oder Fisch, Schnitzel, gebratenen Schweinerücken, Leber-, Fisch- oder Schlachtfleischspießchen.

Beispiele für Salate als Sättigungsbeilagen

Heringskartoffelsalat

Siehe Kartoffelsalat mit Hering.

Hörnchensalat

Zubereitung wie Makkaroni-, Nudel- oder Spaghettisalat (siehe dort).

Beilage für: kaltes Schnitzel, Bratklößchen, kaltes Bratgeflügel, Eier, kalte Fleischwaren (Fleischpasteten, Schinken usw.).

Kartoffelsalat (Grundzubereitung)

Geschälte Pellkartoffeln in etwa 3 mm dicke Scheiben schneiden, in wenig warme Marinade aus Essig, Öl, Brühe, Salz, Pfeffer und Zucker geben, durchschwenken, bis eine gute Bindung erreicht ist. Beim Anrichten mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: paniertes Schnitzel oder Kotelett, gebackenen oder gebratenen Fisch (Fischfilet, Hering, Fischsticks), Bockwurst, Bratwurst, kalte Fleischwaren, Eier.

Kartoffelsalat, gemischt

Pellkartoffelscheiben in einer warmen Marinade aus Essig, Öl, Brühe, Salz, Pfeffer, feinen Zwiebelwürfeln und gehackten Kräutern anschwenken, kurz vor dem Anrichten mit Streifen von Salatgurke und Radieschenscheiben vermengen.

Beilage für: kurzgebratene und gegrillte Komponenten aus Schweinefleisch, Geflügel oder Fisch, Spiegel- oder Rührreier, Würstchen, Aufschnitt.

Kartoffelsalat mit Apfel

Geschälte Pellkartoffeln in Würfel schneiden, mit Würfelchen von säuerlichen Äpfeln und Delikateßgurkenwürfeln vermengen, mit einer heißen Marinade aus Wasser, Essig, Pfeffer und Salz übergießen, durchschwenken, leicht mit Senf abschmecken.

Beilage für: gebratenen Fisch oder Eier, Aufschnitt oder andere kalte Fleischwaren.

Kartoffelsalat mit Ei

Geschälte Pellkartoffeln in Würfel schneiden, mit Würfeln von hartgekochten Eiern, Delikateßgurken, Joghurt, Öl, Salz, Pfeffer, Essig und Schnittlauch vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gebratenen oder gebackenen Fisch (Fischfilet, Hering, Fischkotelett u. a.), Aufschnitt oder andere kalte Fleischwaren.

Hinweis: Dieser Salat kann auch als Feinkostsalat mit Eischeiben und Tomate garniert gegeben werden.

Kartoffelsalat mit Hering

Kartoffelsalat (Grundzubereitung) mit Delikateßgurken und säuerlichen Äpfeln vermengen und gut mit Würfeln von gewässertem Salzhering durchziehen lassen.

Beilage für: Bockwurst oder Würstchen, Bratwurst, Spiegeleier, Aufschnitt oder kalte Fleischwaren, gekochtes Ei.

Mayonnaisesalat (Majonäsesalat)

Geschälte Pellkartoffeln in Scheiben schneiden, mit Delikateßgurkenwürfeln und Salatmayonnaise (bzw. Joghurt- oder Quarkmayonnaise) vermengen, mit Salz, Essig und evtl. wenig Zucker abschmecken.

Beilage für: gebratenen oder gebackenen Fisch (Fischfilet, Fischkotelett, Hering, Makrele u. a.), Bockwurst, Bratwurst, Bulette, kaltes Schweineschnitzel oder -kotelett, Setzeier.

Nudelsalat

Nudeln in gesäuertem Salzwasser bißfest garen, abschrecken, mit Essig, Öl, Kapern, Salz, Pfeffer, Karottenscheiben und Streifen von Hartwurst vermengen, gut durchziehen lassen. Beim Anrichten mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: gebratenen oder gebackenen Fisch, Setzeier oder Rühreier, gekochtes Ei (halbiert).

Hinweis: Dieser Salat kann auch appetitlich garniert als Feinkostsalat gegeben werden.

Reissalat

Körnig gekochten und abgeschreckten Reis mit Würfeln von mariniertem Gemüsepaprika, Sellerie, säuerlichen Äpfeln, Essig, Pfeffer, Salz und tomatisierter Salatmayonnaise vermengen, gut durchziehen lassen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Schweinefleisch (Schnitzel, Kotelett, Spießchen), gebratenen Fisch, gebratene Eier, kalte Fleischwaren, gekochtes Ei.

Hinweis: Dieser Salat kann appetitlich garniert auch als Feinkostsalat gegeben werden.

Spaghettisalat

Spaghetti in 4 · · · 5 cm lange Stücke brechen, in gesäuertem Salzwasser bißfest garen, abschrecken, gut abtropfen, mit Tomatenketchup, Kapern, Essig, Öl, Salz und Pfeffer vermengen, gut durchziehen lassen.

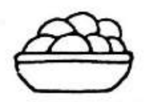
Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Schweinefleisch oder Geflügel, gebratenen oder in Fett gebackenen Fisch, Bockwurst, Bratwurst, Würstchen, Bratklößchen.

Hinweis: Dieser Salat kann appetitlich garniert auch als Feinkostsalat gegeben werden.

Speckkartoffelsalat (Specksalat)

Geschälte Pellkartoffeln in Scheiben schneiden, mit einer heißen Marinade aus Wasser, Essig, Öl, Pfeffer, Salz und feingeschnittenen Zwiebelscheiben durchschwenken, kleine, angebratene Speckwürfel untermengen, gut durchziehen lassen, mit feingeschnittenem Schnittlauch oder gehacktem Dill bestreuen.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus



Schweinefleisch (Rostbrätl, Steak, Kotelett), gebratenen Fisch, Setzeier, Bockwurst, Bratwurst.

Spirellisalat

Zubereitung wie Makkaroni-, Nudel- oder Spaghettisalat (siehe dort).

Beilage für: wie bei Makkaroni-, Nudel- oder Spaghettisalat.

Teigwarensalat

Siehe Hörnchensalat.
Siehe Nudelsalat.
Siehe Spaghettisalat.
Siehe Spirellisalat.

Weiße-Bohnen-Salat

Weiße Bohnen im Einweichwasser garen, gut abtropfen, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Tomatenketchup, gehackten Pepperoni, Essig, Öl, Pfeffer, Salz und gehackter Petersilie vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Schlachtfleischkomponenten (Fleischspieße, Steaks), gegrillte Wildfleischkomponenten.

Beispiele für Klöße, Knödel und Nocken

Grießnocken

Aus Grieß, Milch, Butter oder Margarine und Salz Brandmasse herstellen, abkühlen lassen, Eigelb untermengen und gut verarbeiten, zuletzt Eierschnee unterziehen, mit dem Löffel Nocken abstechen, in Salzwasser garen.

Beilage für: helle Ragouts aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, Eierfrikassee, Gemüseplatte.

Grüne Klöße

Siehe Klöße, roh.

Hefeklöße

Aus Mehl, Milch, Hefe und Salz Hefeteig herstellen, etwas aufgehen lassen, Klöße daraus formen, aufgehen lassen, in Dampf garen oder in Salzwasser garziehen lassen.

Beilage für: braune Ragouts und Gulasch aus Schlachtfleisch, Fleisch-Soße-Komponenten aus Schlachtfleisch oder Wild, Backobst, Heidelbeerenkompott.

Hinweis: Zur Arbeitserleichterung in der Küche führt die Verwendung von industriell hergestellten gefrierkonservierten Hefeklößen.

Kartoffelbällchen

Geriebene, gekochte Kartoffeln mit Mehl, zerquirltem Ei, Salz, Muskat zu Kloßmasse verkneten, mit Mehl Bällchen formen, in Salzwasser garziehen.

Beilage für: braune Ragouts aus Schlachtfleisch, Wild oder Geflügel, Gemüseplatte.

Hinweis: Mitunter werden auch als Bällchen geformte Kartoffelkroketten als Kartoffelbällchen bezeichnet.

Kartoffelklöße von gekochten Kartoffeln

Gekochte und geschälte, gut durchgekühlte Pellkartoffeln wolfen, mit Mehl, Salz, geriebener Muskatnuß und zerquirltem Ei zu einer Kloßmasse verarbeiten, Klöße formen, etwas breit drücken, geröstete Semmelwürfel in die Mitte geben, zusammendrücken und wieder als Kloß formen, in Salzwasser garziehen.

Beilage für: braune Ragouts aus Schlachtfleisch oder Wild, Fleisch-Soße-Komponenten (Sauerbraten, Hammelbraten), gebratenes Geflügel (Gans, Ente).

Hinweis: Die Kloßmasse kann auch mit Soja hergestellt werden, dann entfällt die Zugabe von zerquirltem Ei.

Kartoffelklöße, gefüllt

Masse für rohe Klöße (siehe dort) herstellen, Klöße formen, etwas breit drücken, in die Mitte kräftig abgeschmeckte Hackfleischmasse geben, zusammendrücken und wieder zum Kloß formen, in Salzwasser garziehen.

Beilage für: Gemüseplatte.

Hinweis: Kann auch mit Semmelbutter übergossen und mit Kopfsalat zu einem Gericht kombiniert werden.

Kartoffelklöße halb und halb

Geriebene, rohe Kartoffeln abtropfen lassen, mit der ausgetretenen Stärke vermengen, heiße, pürierte Salzkartoffeln, Salz und Muskat untermengen und zu einer gut gebundenen Masse vermengen. Klöße formen, in Salzwasser garziehen.

Beilage für: braune Ragouts aus Schlachtfleisch, Wild oder Geflügel (Pörkölt, Gulasch, Topfbraten, pikante Nierchen), Fleisch-Soße-Komponenten (Rinderbraten, Hammelbraten).

Klöße, roh I

Geschälte, rohe Kartoffeln reiben und ausdrücken, mit kochendheißem Grießbrei übergießen, Salz und Muskat dazugeben, zu einer gut gebundenen Kloßmasse vermengen, Klöße daraus formen, etwas breit drücken, in die Mitte geröstete Brotwürfel geben, zusammendrücken, wieder zum Kloß formen, in Salzwasser garziehen.

Beilage für: braune Fleisch-Soße-Komponenten aus Schlachtfleisch oder Wild (Sauerbraten, Hammelbraten, Schweinebraten, Gulasch), gebratenes Geflügel (Gans, Ente), Kaninchenbraten.

Klöße, roh II (Thüringer Klöße)

Geschälte, rohe Kartoffeln reiben, ausdrücken, auflockern, mit dünnflüssigem, heißem Kartoffelbrei übergießen, Salz und Pfeffer zugeben, zu einer gut gebundenen Kloßmasse vermengen, Klöße formen, etwas breit drücken, in die Mitte geröstete Semmelwürfel geben, wieder zusammendrücken, zum Kloß formen, in Salzwasser garziehen.

Beilage für: wie rohe Klöße I.

Hinweis: 1. Um eine noch bessere Bindung und größere Lockerheit zu erreichen, kann die Kloßmasse noch mit zerquirltem Ei ergänzt werden.

2. Eine Arbeitserleichterung stellt die Verwendung von in zentralen Vorbereitungsküchen hergestellter Kloßmasse oder von industriell produziertem Kloßmehl dar.

Mehlklöße (Mehlknödel) (ČSSR)

Aus Weizenmehl, lauwarmem Wasser, Hefe, Salz und gerösteten Weißbrotwürfeln Hefeteig bereiten, kurz aufgehen lassen, Laibe formen, aufgehen lassen, in Dampf oder Salzwasser garen, mit einem Zwirnsfaden in Scheiben schneiden.

Beilage für: braune Fleisch-Soße-Komponenten aus Schlachtfleisch, Wild oder Geflügel (z. B. Sauerbraten, Hammelbraten, Hirschbraten in Sahne, Gulasch, Topfbraten), Gemüseplatte.

Hinweis: Der Teig kann auch mit Backpulver anstelle von Hefe zubereitet werden.

Mehlnocken (Mehlnockerln) (ČSSR)

Butter und Eier schaumig rühren, Mehl, Salz und kalte Milch nach und nach untermengen und so lange rühren, bis ein gut gebundener, weicher Teig entstanden ist, etwa 15 Minuten ruhen lassen, mit einem Eßlöffel Nocken abstechen und in Salzwasser garziehen.



Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten aus Schlachtfleisch oder Wild, dunkle Ragouts aus Schlachtfleisch, Wild, Geflügel oder Fisch.

Semmelkartoffelknödel

Knödelmehl lt. Rezeptur anrühren, mit in Fett angebratenen Semmelwürfeln und zerquirltem Ei vermengen, durchziehen lassen (etwa 15 Minuten), Klöße formen, in Salzwasser garen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten, braune Ragouts.

Semmelklöße I (Semmelknödel)

Semmeln oder Weißbrot in große Würfel schneiden, in lauwarmer Milch einweichen, mit zerquirlten Eiern, hellgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Mehl, Salz, Muskat und gehackter Petersilie vermischen, Knödel formen, in Salzwasser garziehen.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten (z. B. Gulasch, Sauerbraten, Topfbraten), Wildschweinbraten, gekochte Fleisch-Soße-Komponenten (gekochtes Rindfleisch in Senfsoße), Fischragouts.

Semmelklöße II

Semmel oder Weißbrot in Würfel schneiden, mit heißer Milch übergießen, mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Pfeffer, Salz, Muskat und Soja zu Kloßmasse verarbeiten, Knödel formen, in Salzwasser garziehen.

Beilage: wie Semmelklöße I.

Serviettenkloß I

Geschälte und gut durchgekühlte Pellkartoffeln wolfen, mit Grieß (Verhältnis 100 g Kartoffeln: 25 g Grieß), Backpulver, mit Butter schaumig gerührtem Ei, Salz und Muskat zu Kloßmasse verarbeiten, großen Kloß formen, in eine Stoffserviette einbinden, einen Kochlöffel durch den Zipfel stecken, in siedendes Salzwasser hängen und garen. Serviette entfernen, Kloß in Scheiben schneiden.

Beilage für: Sauerbraten, Rinderbraten, geschmorte Kalbshachse, Wildbraten, Gulasch.

Serviettenkloß II

In Würfel geschnittene Semmel oder Weißbrot mit Milch und zerquirltem Ei übergießen, weichen lassen, mit schaumig gerührter Butter und Salz zu Kloßmasse verarbeiten, großen Kloß formen, in Stoffserviette einbinden, durch den Zipfel der Serviette Kochlöffel stecken, in siedendes Salzwasser hängen und garen.

Beilage für: wie Serviettenkloß I.

Hinweis: Den Serviettenkloß nicht zu straff in die Serviette einbinden, da sich die Masse beim Garen ausdehnt (vor allem beim Serviettenkloß I).

Speckknödel (Speckklöße)

Semmelkloßmasse mit angeschwitzten Würfeln von magerem Speck vermengen, Knödel formen, in Salzwasser garen.

Beilage für: wie Semmelklöße.

Beispiele für Beilagen aus Teigwaren und Nährmitteln

Ananasreis

Reis körnig kochen, abschrecken und gut abtropfen. In wenig Butter mit Ananasraspeln anschwenken, mit Salz und gehackter Petersilie abschmecken.

Beilage für: gedünstete Komponenten aus Kalbfleisch, Kaninchen, Fisch (z. B. Seezunge, Heilbutt, Steinbutt), Krebse, Huhn, Broiler, Kalbssteak, Geflügelsteak, Fischsteak.

Hinweis: Für die Zubereitung eignet sich sehr gut thermisch aufgeschlossener Reis (sog. Kuko-Reis).

Butterreis

Reis körnig kochen, gut abspülen und abtropfen, in zerlassener Butter anschwenken, mit Muskat und Salz abschmecken.

Beilage für: helle oder dunkle Ragouts aus Schlachtfleisch, Fisch, Geflügel oder Wild (Frikassee, Zungenragout, Tomatensaftfleisch, Tomatenfisch, Salami), Paprikaschnitzel, Kochklopse in verschiedenen Soßen, Gemüseplatte.

Hinweis: Für die Zubereitung ist Kuko-Reis gut geeignet.

Champignonreis

Reis körnig kochen, gut abspülen und abtropfen, mit wenig Butter oder Delikateßmargarine anschwenken, gedünstete Champignonscheiben, gehackte Petersilie und Salz untermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: helle Ragouts aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel, gedünstetes Kalbsbries, Zunge, Ragouts aus Krebsen, gedünstetes Kalbfleisch, Geflügelfleisch, Kaninchenfleisch, Fisch, Gemüseplatte, Eierfrikassee, verlorene Eier, gestürzte Eier.

Czipetke (Ungarische VR)

Nudelteig ausrollen, leicht antrocknen lassen, in kleine Stücke zupfen, vollständig trocknen lassen. Dann in Salzwasser wie Nudeln kernig kochen, mit kaltem Wasser abschrecken, gut abtropfen. Mit heißer Butter anschwenken und salzen.

Beilage für: Schweinspörkölt, Schweinspfeffer, Paprikahuhn, Rindergulasch.

Erbsbrei (Erbspüree)

Gelbe oder grüne Erbsen (am besten halbe Erbsen) im Einweichwasser etwa zur Hälfte garen, dann Suppengemüse zugeben und weichkochen, pürieren, mit angeschwitzten Speck- und Zwiebelwürfeln vermengen und, falls erforderlich, mit Salz abschmecken.

Beilage für: Eisbein, gekochten Schweinebauch oder gekochten Schweinskopf, Schlachtplatte, Bratwurst, Leberknödel.

Hinweis: 1. Der Erbsbrei kann auch noch mit Majoran abgeschmeckt werden.
2. Es ist auch üblich, Speck- und Zwiebelwürfel beim Anrichten auf den Erbsbrei zu geben.

Frijoles blancos con tomates (Südamerika)

Siehe Weiße Bohnen mit Tomaten.

Gräupchenkascha (UdSSR)

Gewaschene Gräupchen gut abtropfen, in kochende Brühe (Fleischbrühe, Geflügelbrühe, Fischbrühe) geben, aufkochen, im Ofen garziehen. Mehrmals mit der Gabel durchrühren, portionsweise ausstechen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten, gebratenen oder gekochten Fisch mit Soße, dunkle Ragouts aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel (Schweins- oder Rinderragout, Tomatenfisch, Geflügelragout).

Hinweis: 1. Kascha umfaßt in der Sowjetunion eine ganze Gruppe ähnlicher Zubereitungen aus Reis oder Gräupchen, die mit Brühe oder Milch (dann meist mit süßen Komponenten kombiniert), teilweise auch unter Zugabe von Gemüsen oder Fleisch, zubereitet werden.
2. Kascha kann beim Anrichten auch noch mit zerlassener Butter übergossen werden.
3. Man rechnet auf einen Teil Reis oder Gräupchen drei Teile Flüssigkeit.

Kascha (Grundzubereitung) (UdSSR)

Siehe Gräupchenkascha.



Käsereis

Herstellung wie Risotto (siehe dort), wenn der Reis gar ist, Reibekäse mit der Gabel darunterrühren.

Beilage für: gedünsteten, gebratenen oder gebackenen Fisch, dunkle Ragouts aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel, Gemüseplatte, verlorene Eier in Soße, gestürzte Eier.

Käsespätzle

Spätzle bißfest kochen, abschrecken und gut abtropfen, in wenig heißem Fett anschwenken, beim Anrichten dick mit Reibekäse bestreuen.

Beilage für: Kochklopse in Tomatensoße, Bratklopse, Tomatenfleisch oder -fisch, gedünsteten Fisch, geschmorte Rostbraten, Sahneschnitzel.

Kokosnußreis

Reis körnig kochen, abspülen und gut abtropfen, mit wenig zerlassener Butter oder Margarine anschwenken, dabei Kokosraspeln untermengen und mit Salz abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gedünstete Komponenten aus Fisch oder Geflügel, geschmorte Steaks.

Krautspätzle

Grob gehacktes Sauerkraut auf hellgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln mit Brühe gardünsten. Gekochte Spätzle abschrecken, gut abtropfen, in wenig heißem Fett gemeinsam mit dem Sauerkraut (dieses muß trocken gehalten werden) anschwenken. Beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: dunkle Fleisch-Soße-Komponenten (Rinderbraten, Sauerbraten, Schweinebraten, geschmorte Schweinshachse, Gulasch, Topfbraten), paniertes Schweineschnitzel oder Kotelett, Bratwurst, Bratklößchen.

Pai-fan (Asien)

Siehe Reis, chinesische Art.

Paprikareis

In Brühe edelsüßen Paprika und Streifen von Gemüsepaprika geben, aufkochen lassen und gewaschenen Reis (Verhältnis zwei Teile Brühe und ein Teil Reis) dazugeben, nochmals aufkochen lassen, im Ofen garziehen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks, dunkle Fleisch-Soße-Komponenten (Pörkölt, Gulasch, Topfbraten, Schweinebraten), Kochklopse in verschiedenen Soßen, Fischragout, gedünsteten oder gebratenen Fisch in verschiedenen Soßen.

Pilaff-Reis

Reis gut waschen, mit Salzwasser brühen, kurze Zeit stehen lassen, abtropfen, in heißem Fett kurz anbraten ohne Farbe nehmen zu lassen, mit heißer Brühe auffüllen (zwei Teile Brühe auf einen Teil Reis), aufkochen und zugedeckt etwa 25 Minuten garziehen ohne umzurühren.

Beilage für: dunkle Ragouts aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel (Hammelragout, Paprikafisch, Hühnerragout), Fleischspießchen (Hammelschaschlyk), gedünsteten Fisch oder gedünstetes Geflügel in hellen Soßen.

Pilzreis

Reis gut waschen, abtropfen, mit wenig Fett anschwitzen ohne Farbe nehmen zu lassen, mit kochender Brühe auffüllen (zwei Teile Brühe auf einen Teil Reis), grob gehackte Trockenpilze zugeben, mit Salz und Muskat abschmecken, aufkochen und etwa 20 Minuten im Ofen garziehen.

Beilage für: dunkle Ragouts und Fleisch-Soße-Komponenten aus Schlachtfleisch, Wild, Geflügel oder Fisch, Gemüseplatte.

Polenta (Italien)

Wasser und Milch (Verhältnis 1:1) aufkochen, Salz und Margarine oder Butter zugeben, Maisgrieß regenartig einlaufen lassen und durchkochen, bis eine dickflüssige Masse entsteht, auf ein gefettetes Randblech 3···4 cm hoch gießen, erkalten und erstarren lassen. Dann in fingergroße Streifen schneiden und in wenig Fett anbraten.

Beilage für: dunkle Fleisch-Soße-Komponenten und Ragouts, Geflügel- oder Fischragouts.

Puré des frijoles blancos (Südamerika)

Siehe Weiße-Bohnen-Mus.

Reis, chinesische Art (Pai-fan)

Reis so oft waschen, bis das Wasser klar bleibt, abtropfen und mit kaltem Wasser ansetzen (1 Kaffeetasse Reis und ½ l Wasser ergeben vier Normalportionen), salzen, etwa drei Minuten kochen, anschließend ohne zu rühren etwa 20 Minuten garziehen lassen.

Beilage für: helle oder dunkle Ragouts aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel, Ragouts aus Krebsen oder Weichtieren, Gemüseragouts oder gedünstetes Gemüse.

Risi-Pisi (Risi-Bisi) (Italien)

Reis gründlich waschen und gut abtropfen, in wenig Fett anschwitzen ohne Farbe nehmen zu lassen, mit heißer Brühe (Verhältnis 2 Teile Brühe auf einen Teil Reis) angießen, eine geschälte Zwiebel dazugeben, aufkochen, etwa 20 Minuten im Ofen garziehen. Mit der Gabel vorsichtig gedünstete grüne Erbsen daruntermengen.

Beilage für: gedünsteten Fisch oder gedünstetes, mageres Geflügel, helle Ragouts aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch, Paprika- oder Sahneschnitzel, Kalbsgeschnetzeltes, Leberragout.

Hinweis: 1. Werden grüne Erbsen aus der Sterilkonserve verwendet, so ist der Fond als Brühe zum Garen des Reises zu verwenden.
2. Risi-Pisi kann auch auf der Basis von Butterreis (siehe dort) zubereitet werden.

Risotto

Reis gründlich waschen und gut abtropfen, auf einen Ansatz aus angeschwitzter, feinwürfeliger Zwiebel geben, kurz durchschwitzen lassen, ohne daß Zwiebel oder Reis Farbe annehmen, mit Fleisch- oder Gemüsebrühe (Verhältnis auf einen Teil Reis zwei Teile Brühe) auffüllen, Lorbeerblatt zugeben, aufkochen, etwa 20 Minuten im Ofen garziehen lassen.

Beilage für: helle oder dunkle Ragouts aus Schlachtfleisch, Geflügel, Fisch, Krebse oder Weichtiere, gedünstetes Schlachtfleisch oder Geflügel, gedünsteten Fisch, Eierfrikassee, Gemüseplatte.

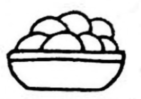
Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, nach dem Garen noch Reibekäse zuzugeben.

Safranreis

Feine Zwiebelwürfel glasig anschwitzen, gewaschenen und gut abgetropften Reis dazugeben und anschwitzen, bis der Reis ebenfalls glasig wird. Heiße Fleischbrühe oder Fisch- bzw. Geflügelbrühe mit Safran verrühren und über den Reis geben (Verhältnis zwei Teile Brühe auf einen Teil Reis), Lorbeerblatt zugeben, aufkochen und im Ofen etwa 20 Minuten garziehen lassen.

Beilage für: gedünsteten Fisch, Ragouts aus Krebsen und Weichtieren, gedünstetes Kalbfleisch oder Huhn, helle Ragouts aus Kalbfleisch, Fisch oder Geflügel.

Hinweis: In gleicher Weise wird Curryreis zubereitet, jedoch Safran durch Curry ersetzt.



Schinkenreis

In Öl feine Zwiebelwürfel und Kochschinkenwürfel anschwitzen ohne Farbe nehmen zu lassen, gewaschenen und gut abgetropften Reis dazugeben und kurz anschwitzen. Mit kochender Brühe (Verhältnis zwei Teile Brühe auf einen Teil Reis) auffüllen, aufkochen, im Ofen etwa 20 Minuten garziehen, mehrmals mit der Gabel umrühren.

Beilage für: geschmortes Wildgeflügel, braune, Wild-, Geflügel-, Schlachtfleisch- und Fischragouts, geschmorte Rostbraten und Steaks, verlorene oder gestürzte Eier.

Spätzle

Spätzle bißfest garen, abspülen und gut abtropfen, in wenig heißem Fett abschwenken (schmälzen), mit Salz und Muskat würzen.

Beilage für: dunkle Fleisch-Soße-Komponenten (Roulade, Schweinebraten, Kaninchenbraten, pikante Nierchen, Gulasch), Geflügelragouts und Bratgeflügel, Fischragouts, geschmorte Rostbraten, paniertes Schweineschnitzel oder Kotelett, Setzeier in verschiedenen Varianten.

Tomatenreis

Körnig gekochten Reis abspülen und gut abtropfen, mit einem Ansatz aus angeschwitzten Zwiebel- und Tomatenwürfeln und ganz wenig Brühe anschwenken, mit edelsüßem Paprika und Salz abschmecken, Reibekäse darunterrühren, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gedünsteten oder gebratenen Fisch, gegrillte oder gebratene Steaks aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch, verlorene oder gestürzte Eier, Gemüseplatte.

Hinweis: Anstelle der Tomatenwürfel kann auch Tomatenmark verwendet werden.

Tomatenspaghetti mit Käse und Knoblauch

Spaghetti bißfest kochen, abspülen und gut abtropfen. Feingeschnittene Zwiebelwürfel mit Tomatenwürfeln anschwitzen, mit Knoblauchpulver würzen, die Spaghetti darauf geben, durchschwenken, geriebenen Käse darunterrühren und gut durchziehen lassen.

Beilage für: paniertes Kalbsschnitzel oder Kotelett, Rostbraten, braune Ragouts aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel, gebackenes Ei, geschmorte Kaninchenkeule oder Läufchen.

Hinweis: Mit Kopfsalat oder einem anderen Frischkostsalat kombiniert, können Tomatenspaghetti auch als sog. fleischloses Gericht gegeben werden.

Tomatenspaghetti mit Pilzen

Zubereitung wie Tomatenspaghetti mit Käse, jedoch für die Zubereitung noch in Scheiben geschnittene und gedünstete Pilze verwenden.

Beilage: wie für Tomatenspaghetti mit Käse.

Hinweis: wie bei Tomatenspaghetti mit Käse.

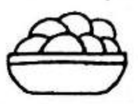
Tomatenspaghetti mit Zunge und Pilzen

Bißfest gekochte, abgespülte und gut abgetropfte Spaghetti mit angebratenen Pökelzungenstreifen, gedünsteten Pilzen und Tomatensoße anschwenken.

Beilage für: gedünsteten oder gebratenen Fisch, Setzeier, verlorene oder gestürzte Eier.

Hinweis: 1. Tomatenspaghetti werden nur selten als Sättigungsbeilage und dann nur in kleinen Portionen gegeben.

2. Tomatenspaghetti mit Zunge ergeben mit einem Frischkostsalat (beispielsweise Kopfsalat) ein Gericht.



Weiße Bohnen mit Tomaten (Frijoles blancos con tomates (Südamerika)

Weiße Bohnen in Einweichwasser und Brühe mit Lorbeerblatt weichkochen, Kochbrühe bis auf einen geringen Rest entfernen, Bohnen mit mageren, angeschwitzten Speckwürfeln und Tomatenwürfeln vermengen, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: dunkle Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Hammelbraten, Rinderbraten), Gänse- oder Entenbraten, Putenbraten, Steaks.

Weiße-Bohnen-Mus (Puré de frijoles blancos) (Südamerika)

Weiße Bohnen in Einweichwasser und kräftiger Fleischbrühe mit Lorbeerblatt kochen, pürieren, mit Kartoffelbrei und mit Speckwürfeln angeschwitzten, feinen Zwiebelwürfeln vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: dunkle Fleisch-Soße-Komponenten (Braten und Ragouts), gekochtes Schweine-, Rind- oder Hammelfleisch in verschiedenen Soßen.

Yorkshire-Pudding (Großbritannien)

Aus Weizenmehl, Eiern und Milch eine kremige Masse rühren, diese etwa 10 Minuten schlagen und noch ein wenig Milch dabei einarbeiten. Dann ausgelassenen Rindertalg (eigentlich Roastbeeffett) dazugeben und verrühren, daß ein dickflüssiger Teig entsteht. Diesen in eine feuerfeste Form geben und bei mittlerer Hitze im Ofen goldgelb backen. Dabei geht dieser Teig auf.

Beilage für: Roastbeef, rosa, gebratene Rindersteaks.

12.3. Gemüsebeilagen

Gemüsebeilagen sind warme Speisenkomponenten aus einem oder verschiedenen Gemüsen. Sie ergeben mit Sättigungsbeilagen, Fleisch-Soße-Komponenten, Eierkomponenten, Fischkomponenten, Geflügelkomponenten oder Wildbretkomponenten ein Gericht. Kalte Beilagen aus Gemüse werden als Salatbeilagen bezeichnet (siehe 12.4. Salatbeilagen).

Gemüsebeilagen sind schonend zuzubereiten, um die empfindlichen Inhaltsstoffe (vor allem die Vitamine)so weit als möglich zu erhalten und zugleich den Eigengeschmack der Gemüse zu bewahren. Als schonende *Zubereitungsart* ist vor allem das *Dünsten* anzuwenden. Starke oder überhaupt Mehlbindung tritt bei der Herstellung von Gemüsebeilagen zugunsten der sog. naturellen Zubereitung immer mehr in den Hintergrund. Als naturelle Zubereitung ist ein Dünsten in wenig Fett oder Fond zu verstehen. Beim Anrichten wird die Beilage dann mit gehackten, frischen Kräutern bestreut und mitunter noch mit einigen Butterflöckchen belegt.

Als Gemüsebeilagen können alle Gemüsearten zubereitet werden; allerdings zeichnet sich die Tendenz ab, vielfach Gemüsebeilagen durch Salatbeilagen zu ersetzen. Der Rohstoffeinsatz für Gemüsebeilagen beträgt im Durchschnitt 200 g Frischgemüse (unbearbeitet). Bei konservierten Gemüsen (Sterilkonserven, gefrierkonservierte Gemüse), die bereits geputzt sind, beträgt der Einsatz je Portion im Durchschnitt 150 g.

Gemüse werden in großem Umfang bereits geputzt und gefrierkonserviert durch die Nahrungsgüterwirtschaft geliefert. Durch Verwendung dieser Gemüse tritt eine erhebliche Arbeitserleichterung in den Küchen ein.



Apfelrotkohl

Siehe Rotkohl mit Äpfeln.

Auberginen (Eierfrüchte), gedünstet

Auberginen schälen, in Streifen schneiden, auf einen Ansatz von in Öl goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, salzen, pfeffern, dünsten. Kurz vor dem Garwerden Würfel von abgezogenen Tomaten zufügen und gemeinsam gardünsten.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Steaks, gegrillte Fleischspießchen, geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweinefleisch, Rind- oder Hammelfleisch, gebackene Eier, gebratenes oder gebackenes Fischfilet.

Hinweis: 1. Gedünstete Auberginen werden auch leicht mit Knoblauch abgeschmeckt.
2. Die Tomatenwürfel können durch Tomatenmark ersetzt werden.
3. Gedünstete Auberginen stehen auch als Sterilkonserve (Import aus der SR Rumänien) zur Verfügung. Es empfiehlt sich, diese Konserven lediglich im Wasserbad zu erhitzen, damit die Auberginen nicht zerfallen.

Bayrisch-Kraut I

Geputzten Weißkohl in Streifen schneiden, in kochendes Salzwasser geben (Kohl soll nicht ganz mit Wasser bedeckt sein), geviertelte, entkernte Äpfel, angeschwitzte Speck- und Zwiebelwürfel, Nelke, Lorbeerblatt, Pfeffer und Salz zugeben und garschmoren. Mit Zucker und Essig abschmecken und gut durchziehen lassen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Gulasch, Hammelragout), Hackbraten, Bratklößchen, gebratenen Fisch und Fischragouts, gekochtes Schweinefleisch in verschiedenen Soßen, gebratenes Geflügel (Ente, Gans) und braune Geflügelragouts (auch aus Innereien).

Bayrisch-Kraut II

Speck- und Zwiebelwürfel hellgelb anschwitzen, mit Essig und Apfelsaft angießen, Salz, Pfeffer, Zucker und wenig gehackten Kümmel zufügen, aufkochen, grobwürfelig geschnittenen, geputzten Weißkohl dazugeben und gardünsten, mit wenig angerührtem Mehl binden, falls erforderlich, noch mit Salz, Zucker und Essig abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: wie Bayrisch-Kraut I.

Hinweis: Für Bayrisch-Kraut sind noch weitere Zubereitungsvarianten verbreitet.

Blumenkohlgemüse

Blumenkohl putzen, in Röschen schneiden, gut waschen, in Salzwasser zur Hälfte garen, abtropfen. In eine helle Soße (unter Verwendung des Blumenkohlwassers) geben und darin garen. Mit Muskat und gehackter Petersilie abschmecken.

Beilage für: helle oder dunkle Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Rinderbraten, Frikassee), Kochklopse in verschiedenen Soßen, Hackfleischklößchen, gedünstetes Schlachtfleisch, gedünsteten Fisch, gedünstetes Geflügel, Bratgeflügel und Geflügelragouts.

Blumenkohl mit Semmelbröseln (polnisch)

Geputzten und gewaschenen Blumenkohl in Salzwasser garen, portionieren, gut abtropfen, anrichten, mit in zerlassener Butter oder Margarine angeschwenkten Semmelbröseln übergießen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel, helle Ragouts aus Schlachtfleisch, Eiern, Fisch, Geflügel, Kochklopse in ver-

schiedenen Soßen, Bratklopse, Rühreier oder Setzeier.

Hinweis: 1. Blumenkohl mit Semmelbröseln kann mit Petersilickartoffeln oder mit einer andere Sättigungsbeilage kombiniert auch als sog. fleischloses Gericht zusammengestellt werden.
2. Für die angeschwitzten Semmelbrösel bestehen weitere Zubereitungsvarianten (beispielsweise das Vermengen mit gehacktem, hartgekochtem Ei, mit gehackter Petersilie oder auch mit beidem).

Blumenkohl mit Soße

Geputzten und gut gewaschenen Blumenkohl in Salzwasser garen. Aus dem Blumenkohlfond und heller Mehlschwitze Soße herstellen, mit Salz und Muskat abschmecken, mit Eigelb und Sahne oder Kondensmilch legieren. Blumenkohl portionieren, gut abtropfen, anrichten, mit der Soße überziehen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten (Kalbsbraten, Kaninchenbraten), Bratgeflügel (Brathähnchen), kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch.

Hinweis: 1. Blumenkohl mit Soße kann mit Salzkartoffeln oder einer anderen Sättigungsbeilage auch zum sog. fleischlosen Gericht kombiniert werden.
2. Nach dem Anrichten und Überziehen mit Soße kann der Blumenkohl noch mit gehacktem, hartgekochtem Ei bestreut werden.

Blumenkohl, überbacken

Geputzten und gewaschenen Blumenkohl in Salzwasser garen, gut abtropfen, portionieren, in gefettetes Gefäß setzen, mit heller Soße (auch Käsesoße) überziehen, mit Reibekäse bestreuen, überbacken.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Ei, Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gedünstete oder gargezogene Fischkomponenten, Fleisch-Soße-Komponenten (Kalbsbraten, Kaninchenbraten), Bratgeflügel (Brathähnchen, Broiler).

Hinweis: 1. Blumenkohl, überbacken, kann mit Kartoffelbrei oder einer anderen Sättigungsbeilage auch zum sog. fleischlosen Gericht kombiniert werden.
2. Eine Zubereitungsvariante besteht darin, den Blumenkohlkopf im ganzen zu überbacken und erst danach zu portionieren.

Bohnengemüse, gemischt

Eingeweichte weiße Bohnen mit dem Einweichwasser garen, abtropfen und mit gedünsteten grünen Bohnen vermengen, mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut abschmecken, mit wenig heller Soße leicht binden.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Hammelbraten, Rinderbraten, Gulasch, pikante Nierchen, geschmortes Herz), gegrillte Komponenten aus Schlachtfleisch, Bratklößchen, Geflügelbraten (Gänsebraten, Entenbraten).

Bohnengemüse, grünes

Geputzte grüne Bohnen zerkleinern, mit wenig Brühe, Pfeffer, Salz und Bohnenkraut dünsten, mit wenig heller Soße leicht binden, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten (Hammelbraten, Schweinebraten, Gulasch, Schmorbraten), gebratenen Fisch und Fischragouts, Kochklopse in verschiedenen Soßen, Bratklopse, dunkle Geflügelragouts (Entenragout).

Hinweis: Bohnengemüse kann auch mit Specksoße zubereitet werden (siehe Speckbohnen).



Bohnen, grüne, mit Ei gebacken (Ungar. VR)

Gedünstete Bohnen in ein gefettetes, feuerfestes Gefäß geben, zwischen die einzelnen Lagen grob gehacktes, hartgekochtes Ei geben, mit Sahne oder Kondensmilch begießen, im Ofen backen.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch oder Wild.

Hinweis: Diese Beilage kann mit einer Sättigungsbeilage (beispielsweise Kartoffelbrei) kombiniert auch als sog. fleischloses Gericht gegeben werden.

Bohnen, grüne, mit Käse (VR Bulgarien)

Gedünstete grüne Bohnen in ein gefettetes, feuerfestes Gefäß geben, mit Reibekäse bestreuen, mit saurer Sahne übergießen, im Ofen backen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Schlachtfleisch oder Wild, gebratenen oder gebackenen Fisch, Bratgeflügel (Ente).

Hinweis: Diese Beilage kann mit Bratkartoffeln oder einer anderen Sättigungsbeilage zum sog. fleischlosen Gericht kombiniert werden.

Bohnen, grüne, mit Tomaten

Geputzte und gebrochene grüne Bohnen auf einen Ansatz von hellgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, mit Salz und Pfeffer würzen, mit wenig Brühe angießen, dünsten. Kurz vor der Gare Tomatenviertel unterziehen und gemeinsam garen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: braune Fleisch-Soße-Komponenten (Hammelbraten, Rinderbraten, Schweinebraten, Gulasch), gebratenen oder gebackenen Fisch, Wildbraten und Wildragouts (Wildschweinbraten, Wildragout), Bratklopse.

Hinweis: Grüne Bohnen mit Tomaten können mit Pommes frites oder einer anderen Sättigungsbeilage auch zum sog. fleischlosen Gericht kombiniert werden.

Bohnen, grüne, süßsauer, mit Speck

Geputzte und gebrochene Bohnen auf einen Ansatz von goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, salzen, pfeffern und mit Bohnenkraut würzen, mit wenig Brühe angießen und dünsten. Mit Speckfett eine braune Schwitze herstellen, mit dem Dünstfond angießen, glattrühren, durchkochen, süßsauer abschmecken und die Bohnen damit binden. Beim Anrichten mit angebratenen Speckscheiben belegen.

Beilage für: braune Fleisch-Soße-Komponenten, gebratenen Fisch, Fischkomponenten, wie Matjeshering, Brathering.

Butterbohnen

Geputzte, junge grüne Bohnen im ganzen mit wenig Brühe, Salz, Pfeffer und Bohnenkraut dünsten, anrichten, mit Butterflöckchen belegen und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch, Geflügel oder Ei, helle Ragouts aus Schlachtfleisch oder Fisch, Kochklopse in verschiedenen Soßen, dunkle Geflügel- oder Wildragouts.

Butterchampignons

Siehe Champignons in Butter.

Buttererbsen

Junge Erbsen mit wenig Brühe, Salz und Zucker dünsten, anrichten, mit Butterflöckchen belegen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch, Ei, Geflügel und Wild, Fleisch-Soße-Komponenten (Kalbsbraten), Bratgeflügel, helle Ragouts aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch, Kochklopse in verschiedenen Soßen.

Butterkarotten

Kleine, geputzte Karotten im ganzen mit wenig Brühe, Salz und Zucker dünsten, anrichten, mit Butterflöckchen belegen und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch, Geflügel, Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Schweinsroulade, Rinderbraten), Kochklopse in verschiedenen Soßen.

Hinweis: Größere Karotten werden, in Würfel geschnitten, in gleicher Weise als Würfelkarotten zubereitet.

Buttermöhren

Geputzte Möhren würfeln, mit wenig Brühe, Salz und Zucker dünsten, anrichten, mit Butterflöckchen belegen, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gedünstete Komponenten aus hellem Schlachtfleisch, Geflügel und Fisch, gebratenen Steaks, gebratenem Fisch, helle Ragouts aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, Kochklopse in verschiedener Soße, Bratklopse.

Champignonfüllung

Siehe Duxelles.

Champignonmais

Champignons mit Zwiebel (siehe dort) zubereiten, mit gedünsteten Tomatenwürfeln und kleinen Maiskörnern (Sterilkonserve) vermengen, gemeinsam dünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Steaks aus Fisch, Schlachtfleisch oder Wild, Wildbraten (Hasenrücken, Hirschkeule) und gebratenes Wildgeflügel, gebratene oder gegrillte Pute.

Champignons, gedünstet (naturell)

Geputzte Champignons (kleine Champignons im ganzen, größere vierteln oder halbieren) in einen kochenden Ansatz oder Salzwasser und Zitronensaft oder Weißwein geben, gardünsten, anrichten, mit Butterflöckchen belegen und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gedünstete Komponenten aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, Kalbssteak oder Schweinesteak, Setz- oder Rühreier, helle Ragouts aus Fisch oder Geflügel.

Champignons, geschmort

Mittelgroße oder große, geputzte Champignons in Fett anbraten, mit wenig Brühe angießen, salzen und pfeffern und garschmoren. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks aus Schlachtfleisch oder Wild, Wildspießchen, Wildbraten (Hirschbraten, Wildschweinbraten), Wildragouts, Rinderragout.

Champignons in Butter

Geputzte Champignons in Scheiben schneiden oder vierteln, mit zerlassener Butter dünsten, mit Pfeffer und Salz würzen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Steaks aus Kalb- oder Schweinefleisch, Rehsteak, gedünstete Komponenten aus Fisch, Geflügel oder Kalbfleisch, gebratenen Fisch (Seezunge), Rühreier und Omeletts.



Hinweis: Champignons in Butter können auch mit Kartoffelbrei oder einer anderen Sättigungsbeilage zu einem sog. fleischlosen Gericht kombiniert werden.

Champignons in Rotwein

Geputzte, kleine Champignons oder halbierte bzw. geviertelte, größere Champignons in wenig Fett kurz andünsten, mit Rotwein angießen und gardünsten.

Beilage für: Wildbraten und Wildragouts, gegrillte oder gebratene Rinder- oder Schweinesteaks, gebratenes Wildgeflügel, geschmorte Rostbraten.

Champignons in Sahne

Siehe Kremchampignons.

Champignons mit Zwiebel

Geputzte Champignons in Scheiben schneiden, auf einen Ansatz von goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, salzen und pfeffern, gardünsten, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gebratene Steaks oder Schnitzel aus Schlachtfleisch oder Wild, gebratene Fische (Forelle, Lachs, Karpfen), Bratgeflügel (Brathähnchen, Pute), helle Ragouts aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch.

Chicorée, gebacken

Gedünsteten Chicorée vierteln (kleine Stauden halbieren), mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Öl marinieren, aus der Marinade nehmen, gut abtropfen, durch Bierteig ziehen, in Fett goldgelb backen, mit Zitronenspalte anrichten.

Beilage für: gegrillte Steaks aus Fisch, Schlachtfleisch oder Wild, Spießchen aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Wild, gegrillten Broiler, Brathähnchen.

Chicoréegemüse

Geputzten und gut gewaschenen Chicorée in Streifen schneiden, in wenig Brühe andünsten, mit heller Soße angießen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, garen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Fisch oder Schlachtfleisch, Bratgeflügel (Brathähnchen, Pute), gebratenen Fisch (Seezunge, Forelle), Fleisch-Soße-Komponenten (Rinderbraten, Schweinsroulade).

Chicorée in Sahne

Geputzten Chicorée in wenig Wasser mit Zitronensaft und Salz halbgar dünsten, dann heiße Sahne oder Kondensmilch angießen und fertiggaren. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Rinderbraten, Roulade), geschmorte Rostbraten, Brathähnchen, gebratenen Fisch, dunkle Ragouts aus Fisch und Geflügel (Fischgulasch, Hühnerragout).

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, den angedünsteten Chicorée statt mit Sahne mit Sahnesoße anzugießen und fertig zu garen. Es wird auch Béchamelsoße verwendet.

Chicorée mit gebacktem Ei

Gedünsteten Chicorée trocken anrichten, mit hartgekochtem, gehacktem Ei bestreuen, Butter zerlassen, wenig Reibebrot darin anschwenken, über den Chicorée geben, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Steaks aus Fisch, Schlachtfleisch oder Wild, Fleischspießchen, Schnitzel, gebratenen Fisch, Bratgeflügel (Brathähnchen, Pute, Entenbraten), dunkle Ragouts aus Fisch, Geflügel, Schlachtfleisch oder Wild.

Chicorée mit Käse

Gedünsteten Chicorée in gefettetes, feuerfestes Gefäß geben, dick mit Reibekäse bestreuen, mit zerlassener Butter oder Margarine beträufeln, überbacken.

Beilage für: Steaks aus Fisch, Schlachtfleisch oder Wild, gestürzte Eier oder Eier im Näpfchen, Omelett, Bratgeflügel oder gegrillten Broiler, gebratenen Fisch, Wildbretspießchen.

Chicorée mit Speck

Geputzten Chicorée in Streifen schneiden, mit wenig Salzwasser und Zitronensaft andünsten, angebratene, magere Speckwürfel oder Schinkenwürfel dazugeben, mit gehackter Petersilie reichlich bestreuen und garen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Rinderbraten, Rinderragout), geschmorte Wildbretkomponenten (geschmorte Hasenläufchen, Wildpörkölt, Wildschweinrouladen), gebratenen Fisch (Seelachs, Kabeljau).

Duxelles (Champignonfüllung)

Geputzte Champignons grob hacken, mit Zwiebelwürfeln anschwitzen, den sich bildenden Saft nahezu einkochen, mit Mehlbutter binden und mit Eigelb legieren.

Hinweis: Duxelles wird zur Füllung von Pasteten, zum Einhüllen der Lende bei Rindslende in Teigkruste u. a. Zubereitungen verwendet. Es handelt sich also nicht unmittelbar um eine Gemüsebeilage. Weitere Zubereitungsvarianten für Duxelles sind üblich.

Eierfrüchte

Siehe Auberginen, gedünstet.

Erbsen, jung

Junge Erbsen in wenig Brühe mit Salz und Pfeffer dünsten, mit wenig Mehl anstäuben, mit dem Dünstfond verkochen, mit wenig Zucker abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: panierte Schnitzel oder andere kurzgebratene Schlachtfleischkomponenten, gebratenen oder gedünsteten Fisch, Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Kalbsbraten, Gulasch), Bratgeflügel, Geflügelragouts, Kochklopse oder gebratene Hackfleischzubereitungen.

Erbsen und Karotten

Siehe Mischgemüse.

Gemischtes Gemüse

Siehe Mischgemüse.

Glasierte Maronen

Siehe Maronen, überglänzt.

Grüne Bohnen

Siehe Bohnengemüse, grünes.
Siehe Bohnen, grüne, mit Ei gebacken.
Siehe Bohnen, grüne, mit Käse.
Siehe Bohnen, grüne, mit Tomaten.
Siehe Bohnen, grüne, süßsauer, mit Speck.
Siehe Butterbohnen.

Grünerbsen mit Spargel (Ungar. VR)

Konservenspargel abtropfen, in zerlassener Butter anschwenken, abgetropfte, gedünstete grüne Erbsen dazugeben, mit wenig Spargelbrühe übergießen, mit gehackter Petersilie bestreuen, durchschwenken und kurz dünsten.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch, Geflügel, Fisch oder Wild, gegrillte Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch oder Wild, helle Ragouts aus Schlachtfleisch oder Geflügel.



Grünkohl I

Grünkohl entstrunken, gut waschen, grob hacken, auf einen Ansatz von goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, mit Brühe angießen, salzen und pfeffern, dünsten. Mit Mehl anstäuben, mit wenig Zucker und Muskat abschmecken, gut durchkochen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Schweinsrippchen, Hammelbraten, Hammelragout), Gänsebraten oder Entenbraten, Pökelfleisch, gepökeltes Gänse- oder Entenkleinfleisch, gebackenen Fisch, Wildbraten (Wildschweinbraten, Hirschbraten), Wildragouts.

Grünkohl II

Geputzten Grünkohl kurz überbrühen, wolfen, mit Specksoße (helle oder dunkle Specksoße) vermengen, gardünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Beilage für: wie Grünkohl I.

Gurkengemüse mit Tomaten (Schmorgurken I)

Gurken schälen, entkernen und in Stücke schneiden, auf einen Ansatz von angeschwitzten Speck- und Zwiebelwürfeln geben, salzen, pfeffern, dünsten, Tomatenwürfel zugeben und fertigdünsten, mit wenig Mehl anstäuben oder mit Mehlbutter binden, durchziehen lassen, mit gehacktem Dill vermengen.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten (Gulasch, Ragouts, pikante Nierchen, geschmorte Rippchen, geschmorte Schweinshachse), gekochtes Rind-, Schweine- oder Pökelfleisch in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen, gegrillte Steaks.

Junge Erbsen mit Butter

Siehe Buttererbsen.

Karotten mit Butter

Siehe Butterkarotten.

Kohlrabigemüse

Kohlrabi schälen, vierteln oder große Kohlrabi achteln, in Scheiben schneiden, mit wenig Brühe, Salz und Pfeffer dünsten. Aus dem Dünstfond und heller Mehlschwitze eine helle Soße bereiten, Kohlrabi damit vermengen und durchziehen lassen, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Rinderbraten, Rouladen, geschmorte Rippchen), Kochklopse in verschiedenen Soßen und gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen Fisch.

Kohlrabi, junger

Jungen Kohlrabi säubern, in Scheiben schneiden, Blätter hacken, Kohlrabischeiben mit wenig Margarine und Brühe, Salz und Pfeffer dünsten, kurz vor der Gare die gehackten Blätter zugeben, mit wenig Kondensmilch angießen, garen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Kalbs- oder Schweineschnitzel, gebratenen Fisch, helle Ragouts aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Kremchampignons

Geputzte Champignons in Scheiben schneiden oder vierteln, mit zerlassener Delikateßmargarine oder Butter und Zitronensaft andünsten, salzen, mit Mehl anstäuben, mit Sahne oder Kondensmilch angießen, verrühren, gardünsten. Mit Salz, weißem Pfeffer und, falls notwendig, noch mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage für: gedünstete Komponenten aus Geflügel, Fisch und Kalbfleisch, Kalbsschnitzel, gebratenen Fisch (Seezunge), Omelett.

Kremkarotten

Geputzte Karotten würfeln, mit wenig Fett und Brühe, Pfeffer und Salz andünsten, mit Mehl anstäuben, mit Sahne oder Kondensmilch angießen, glattrühren, gardünsten. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Kalbs- oder Schweinebraten, Kalbsgulasch oder Schweinsgulasch, Rouladen, gebratenen Fisch und helle Fischragouts, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Kümmelkraut I

Zwiebelwürfel hellgelb anschwitzen, mit Brühe ablöschen, grobgeschnittene Weißkohlwürfel, Salz, Pfeffer und Kümmel zugeben und dünsten. Mit heller Mehlschwitze binden und abschmecken.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, Hammelbraten, Schweinsgulasch, Hammelragout, geschmorte Schweinsrippchen), gekochtes Pökelfleisch, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Kümmelkraut II

Geputzten Weißkohl in grobe Würfel schneiden, in heiße Brühe geben (Kohl soll nur zur Hälfte bedeckt sein), mit Pfeffer, Salz und Kümmel würzen, garen, mit angerührtem Mehl binden (nur ganz leichte Bindung), gut durchziehen lassen.

Beilage für: wie Kümmelkraut I.

Lauchgemüse

Siehe Porreegemüse.

Mais, überbacken

Maiskörner aus der Konserve (Sterilkonserve) abtropfen, nachdem sie vorher im eigenen Fond erhitzt wurden. Mit einer dicken Béchamelsoße binden, in gefettetes, feuerfestes Näpfchen oder anderes feuerfestes Gefäß geben, mit Reibekäse überbacken.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Hammelfleisch, Wildsteak, Bratgeflügel (Ente, Pute), Fleisch- oder Fischspießchen.

Hinweis: Wird der Mais in größeren Gefäßen gebacken, so wird er anschließend in verschiedener Form portionsweise ausgestochen. Es ist dabei zu beachten, daß die Backkruste für jede Portion erhalten ist.

Maronen (Eßkastanien) (Grundzubereitung)

Kastanien an der Spitze kreuzweise einschneiden und 5 Minuten kochen, danach die Schale abziehen. Dann wie Mandeln brühen, um die noch anhaftende innere Haut entfernen zu können. Anschließend erfolgt die eigentliche Zubereitung nach unterschiedlichen Rezepturen (auch für Süßspeisen).

Maronen, glasiert (überglänzt)

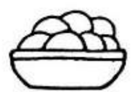
Abgezogene Maronen (ohne innere Haut) in ein flaches Gargefäß in wenig zerlassenes Fett geben, mit Zucker und Salz würzen, wenig Wasser angießen und nahezu gardünsten. Danach Deckel entfernen, den Fond reduzieren und die Maronen bei häufigem Schwenken im Fond glasieren.

Beilage für: vor allem als Garnierung für Wildfleischkomponenten und Geflügel (Pute).

Maronenkrapfen

Geschälte Maronen (ohne innere Haut) pürieren, mit angeschwitzten, feinen Schinkenwürfeln vermengen, Bällchen formen, mit einem Gemisch aus Paniermehl und Kokosraspeln panieren, in heißem Fett goldgelb backen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks



aus Wild (Hirschsteak, Rehsteak, Rehkotelettchen, Wildschweinsteak), geschmorte Wildkomponenten (geschmorten Hasenrücken, geschmorte Hasenläufchen), Wildfleischspießchen.

Hinweis: Nach gleicher Rezeptur werden auch Maronenkroketten zubereitet, die sich nur in der Form von den Maronenkrapfen unterscheiden.

Maronenkroketten

Siehe Maronenkrapfen.

Maronen mit Rosenkohl

Siehe Rosenkohl mit Maronen.

Maronen mit Rotkohl

Siehe Rotkohl mit Maronen.

Maronenpüree

Die abgezogenen Maronen (ohne innere Haut) kochen, bis sie zu zerfallen beginnen, pürieren und mit Salz und Weinbrand abschmecken. Beim Anrichten als Bordüre spritzen oder eine andere gefällige Form geben.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Wildfleischkomponenten (Steaks, Koteletts, Wildspießchen), geschmorte Wildfleischkomponenten, Komponenten aus Wildgeflügel (Fasan, Rebhuhn, Salmi von Wildgeflügel).

Mischgemüse

Gewürfelte Möhren oder Karotten dünsten, mit gedünsteten jungen Erbsen vermengen, mit einer Béchamelsoße leicht binden, mit Salz und wenig Zucker abschmecken, mit gehackter Petersilie reichlich bestreuen. Beim Anrichten mit gedünsteten Blumenkohlröschen oder Brechspargel ergänzen.

Beilage für: dunkle Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweine-, Rind- oder Kalbfleisch, panierte Schweine- oder Kalbsschnitzel bzw. -koteletts, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen Fisch oder helle Fischragouts, Bratgeflügel.

Hinweis: Mischgemüse kann auch in anderer Kombination (z. B. unter Verwendung von grünen Bohnen, Pilzen) zubereitet werden. Es kann auch naturell (also wie vorstehend, aber ohne Béchamelsoße) zubereitet werden.

Möhrengemüse

Gewürfelte Möhren in wenig Brühe oder leicht gesalzenem Wasser (nicht zu viel Flüssigkeit nehmen) dünsten, aus dem Fond und heller Schwitze eine helle Soße herstellen, mit etwas Kondensmilch abrunden, die Möhren mit dieser Soße binden, mit Salz und Pfeffer sowie viel gehackter Petersilie abschmecken.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Kalbfleisch (Schweinsgulasch oder -roulade, Rindersaftbraten, gespickten Kalbsbraten), Kochklopse und Fischklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Möhren mit Butter

Siehe Buttermöhren.

Paprikagemüse

Gesäuberte und entkernte Gemüsepaprikafrüchte in Streifen schneiden, in Öl mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Tomatenwürfeln und Salz dünsten, mit Pfeffer und gehackter Petersilie abschmecken.

Beilage für: kurzgebratene Schlachtfleischkomponenten, geschmorte Komponenten aus Schlachtfleisch, gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen Fisch, gebackenen Fisch.

Paprikakraut (Ungarische VR)

Sauerkraut grob hacken, mit Kümmel und Salz in Brühe kochen. Würfelig geschnittenen, geräucherten Speck mit Zwiebelwürfeln braten, zuletzt reichlich mit Paprika anstäuben und das Sauerkraut damit vermengen.

Beilage zu: Schweinspörkölt, Schweinspfeffer, Schweinebraten, Schweinskotelett, Schweineschnitzel, Schweinesteak, geschmorten Schweinsrippchen.

Paprikamais

Gesäuberte und entkernte Gemüsepaprikas in Streifen schneiden, auf angeschwitzten Zwiebelwürfeln mit wenig Brühe dünsten, abgetropfte Maiskörner (Sterilkonserve) unterschwenken, mit Tomatenmark, edelsüßem Paprika und Salz abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Wild, gebratenen Fisch, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Pilze, gedünstet

Pilze putzen, waschen und in Scheiben schneiden, auf einen Ansatz von goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln geben, salzen, pfeffern, dünsten, beim Anrichten reichlich mit Petersilie bestreuen.

Beilage für: geschmorte Wildfleisch- und Wildgeflügelkomponenten, Wildsteaks, Steaks und Schnitzel aus Schlachtfleisch oder Fisch, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Hinweis: 1. Gedünstete Pilze können auch mit magerem Speck zubereitet werden.
2. Gedünstete Pilze können auch leicht gebunden werden, indem sie vor dem Garwerden leicht mit Mehl angestäubt werden.

Porreegemüse I

Geputzte und gesäuberte Porreestangen in 4···5 cm lange Stücke schneiden, in Fleischbrühe mit Kümmel und Salz gardünsten, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuß abschmecken. Trocken anrichten und den Dünstfond leicht soßieren, mit gehackter Petersilie oder gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Schweine- oder Rindfleisch, geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten.

Porreegemüse II

Geputzte Porreestangen in grobe Streifen schneiden, mit Salz, Pfeffer, Kümmel und wenig Brühe dünsten. Den Dünstfond in dicke Béchamelsoße geben und den Porree leicht damit binden, gut durchziehen lassen.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Hammelfleisch (Kammbraten, Kasseler Braten, Rindergulasch, Hammelragout, Hammelrollbraten, Kaninchenläufchen), gebratenen Fisch (Seelachs, Kabeljau), gebratene Hackfleischzubereitungen, dunkle Geflügelragouts (Entenragout, Geflügelherzen oder Magen in Rotweinsoße).

Rosenkohl (Grundzubereitung)

Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen, geputzten, gut gewaschenen Rosenkohl dazugeben, leicht mit Brühe angießen und dünsten, mit Salz und Muskat abschmecken.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Steaks aus Schlachtfleisch, Wild und Fisch, panierte Schnitzel und Koteletts, geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten, gebratenes Geflügel, gebratenen Fisch, Kochklopse in verschiedenen Soßen.

Hinweis: Der Rosenkohl ist in einem flachen Gefäß zu dünsten und nur sehr vorsichtig umzurühren, um die einzelnen Rosenkohlköpfchen nicht zu zerrühren.



Rosenkohl in Butter

Geputzten und gut gewaschenen Rosenkohl in wenig Brühe mit Salz und Muskat dünsten, beim Anrichten mit Butterflöckchen belegen und reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: wie Rosenkohl (Grundzubereitung).

Rosenkohl mit Maronen

Rosenkohl dünsten (siehe Grundzubereitung) und vor dem Anrichten vorsichtig mit glasierten Maronen (siehe dort) vermengen. Reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks oder Schnitzel aus Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, gebratenes Geflügel (Brathuhn, Ente, Gans, Pute).

Hinweis: Eine Variante besteht darin, den Rosenkohl wie unter Grundzubereitung angegeben zuzubereiten, beim Anrichten mit den glasierten Maronen zu umlegen.

Rosenkohl mit Rotweinsoße

Geputzten und gut gewaschenen Rosenkohl in wenig zerlassenem Fett andünsten, mit Rotweinsoße angießen und gardünsten.

Beilage für: wie Rosenkohl mit Schinkenwürfeln.

Rosenkohl mit Schinkenwürfeln

Zwiebel- und Schinkenwürfel anschwitzen, geputzten und gut gewaschenen Rosenkohl dazugeben, wenig Brühe angießen, mit Muskat würzen, gardünsten, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: geschmorte oder gebratene Wildfleischkomponenten (Hirschrücken, Rehbraten, Wildschweinkeule), kurzgebratene Wildsteaks, kurzgebratene oder gegrillte Steaks aus Schlachtfleisch oder Fisch, Wildgeflügel (Fasan, Wachtel).

Rote-Rüben-Gemüse

Rote Rüben gut waschen, weich kochen, abziehen, raspeln oder in kleine Scheiben schneiden, auf angeschwitzte Zwiebel- und Speckwürfel geben, mit Salz, Pfeffer, Essig und Zucker abschmecken, mit wenig heller Soße binden, kurz dünsten. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: geschmorte Komponenten aus Schlachtfleisch (Gulasch, Rinderragout, geschmorten Schweinskamm, Hammelragout, pikante Nierchen), gebratenen Fisch (Seelachs, Kabeljau, Hering, Makrele).

Rotkohl (Grundzubereitung)

In feine Streifen geschnittenen Rotkohl in wenig heiße Brühe geben, mit Essig, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, gardünsten, leicht mit Stärkemehl binden, angeschwitzte, magere Speckwürfel und angeschwitzte Zwiebelwürfel zugeben, durchziehen lassen.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Kaninchen (Schweinebraten, Rindsroulade, geschmortes Herz, geschmorte Kaninchenläufchen, Kasseler Rücken), gebratene Hackfleischzubereitungen, Gänse- oder Entenbraten.

Hinweis: Anstelle der Speckwürfel wird auch Gänsefett verwendet.

Rotkohl mit Äpfeln (Apfelrotkohl)

In feine Streifen geschnittenen Rotkohl auf angeschwitzte Speck- und Zwiebelwürfel geben, mit Salz, Pfeffer, Zucker, Essig, Lorbeerblatt abschmecken, mit wenig Brühe angießen, gardünsten, kurz vor der Gare Stücke von geschälten, säuerlichen Äpfeln dazugeben und gemeinsam dünsten.

Beilage für: wie Rotkohl (Grundzubereitung).

Rotkohl mit Äpfeln und Maronen

Rotkohl raspeln, auf angeschwitzte Speck- und Zwiebelwürfel geben, mit Brühe angießen, gardünsten, mit Salz, Pfeffer, Essig, Zucker abschmecken. Beim Anrichten mit glasierten Maronen und gedünsteten Scheiben von säuerlichen Äpfeln umlegen.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Wildsteaks, geschmorte Wildbretkomponenten, Kaninchenbraten, Gänse- oder Putenbraten, geschmorten Schweinsrücken oder -kamm.

Rotkohl mit Maronen (Rotkohl mit Kastanien)

Angeschwitzte Zwiebelwürfel mit Rotwein und Wasser ablöschen, in Streifen geschnittenen Rotkohl und zum Garen vorbereitete (abgezogene) Maronen dazugeben, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig abschmecken, gardünsten.

Beilage für: geschmorte Komponenten aus Wild und Wildgeflügel, Steaks aus Wild und Schlachtfleisch, Gänse- oder Putenbraten.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, den Rotkohl ohne Maronen zuzubereiten, anzurichten und mit glasierten Maronen zu umlegen.

Sauerkraut (Grundzubereitung)

Sauerkraut waschen (vorher kosten, ob das notwendig ist), auf angeschwitzte Speck- und Zwiebelwürfel geben, andünsten, mit Brühe angießen, mit Salz, Pfeffer und Kümmel abschmecken, dünsten. Wenn das Sauerkraut gar ist, kann es mit wenig geriebener Kartoffel oder angerührtem Mehl gebunden werden.

Beilage für: geschmorte Schlachtfleischkomponenten (Schweinebraten, Hammelbraten, Gulasch), Gänse- oder Entenbraten, geschmorte Steaks, Bratwurst, gebratene Blut- oder Leberwurst, Leberknödel, Eis- oder Spitzbein, gekochten Schweinskopf, Schweinebauch.

Hinweis: Nach Geschmack kann das Sauerkraut auch noch leicht mit Zucker abgeschmeckt werden.
Wenn das Sauerkraut mit Apfel- oder Weißwein zubereitet wird, bezeichnet man es als Weinkraut.

Schinkenmais

Gegarten Mais (Dosenware) mit Schinkenstreifen anschwenken, mit Salz, Pfeffer und gehackter Petersilie abschmecken.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks, geschmorte Geflügel- oder Wildbretkomponenten.

Schmorgurke I

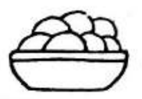
Siehe Gurkengemüse mit Tomaten.

Schmorgurke II

Gemüsegurke schälen, Samen herauskratzen, Gurke in Stücke schneiden, kurz überbrühen, mit mageren Speckwürfeln und Zwiebelwürfeln anschwitzen, mit Brühe leicht angießen, gardünsten, mit Mehlbutter binden, mit Salz, Pfeffer und reichlich gehacktem Dill kräftig abschmecken.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schlachtfleisch (Schweinskamm, Schweinerollbraten, Rindsragout, Hammelschulter), Gänse- oder Entenbraten, gebratene Komponenten aus Fisch.

Hinweis: Gurkenkürbis (Zucchetti) kann nach gleicher Weise zubereitet werden.



Schwarzwurzelgemüse

Geputzte Schwarzwurzeln in Stücke schneiden, in leicht gesäuertem Salzwasser garen, abschütten und gut abtropfen, mit Béchamelsoße binden, mit Salz und Zitronensaft abschmecken, durchziehen lassen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schlachtfleisch, panierte Schnitzel oder Koteletts, gebratenen Fisch, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Hinweis: 1. Beim Putzen der Schwarzwurzeln ist zu beachten, daß die geputzten Schwarzwurzeln in Wasser, das mit Essig und wenig Weizenmehl verrührt ist, gegeben werden, damit sie sich nicht verfärben.

2. Schwarzwurzelgemüse kann mit Kartoffelbrei, Petersiliekartoffeln oder einer anderen Sättigungsbeilage zu einem sog. fleischlosen Gericht kombiniert werden.

Selleriegemüse

Gut gesäuberte Sellerieknollen in leicht gesäuertem Salzwasser weichkochen, abschrecken und schälen, in Würfel oder Streifen schneiden, mit heller Grundsoße binden, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Beilage für: geschmorte Komponenten aus Schweinefleisch, Hammelfleisch oder Kaninchenfleisch, Fleischspießchen, gebratenen Fisch, dunkle Fischragouts, dunkle Geflügelragouts, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Sellerie- und Karottengemüse

Geputzten Sellerie und geputzte Möhren in Würfel oder Streifen schneiden, mit wenig Brühe getrennt dünsten. Wenn sie gar sind, den Dünstfond abgießen und damit sowie heller Mehlschwitze eine Soße bereiten. Sellerie und Karotten mit der Soße binden, mit gehacktem Selleriegrün und gehackter Petersilie vermengen, mit Salz und Muskat abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: wie Selleriegemüse.

Spargelgemüse

Geschälten Brechspargel in etwa 4 cm lange Stücke schneiden, in Salzwasser garen. Aus heller Mehlschwitze und einem Teil des Kochwassers helle Soße zubereiten, gut durchkochen, den Spargel damit binden, mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gedünstete Komponenten aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, helle Ragouts aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, panierte Schnitzel oder Koteletts, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen, Brathähnchen, Paprikahuhn.

Spargel mit zerlassener Butter

Geschälten Stangenspargel bündeln, in Salzwasser garen. Gut abtropfen, das Bündel öffnen, anrichten, mit zerlassener Butter übergießen, reichlich mit gehackter Petersilie und gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Schlachtfleisch (einschließlich gebratenem Schinken), Fisch und Geflügel.

Hinweis: 1. Eine Zubereitungsvariante besteht darin, nicht zerlassene, sondern braune Butter zu verwenden.
2. Spargel mit zerlassener Butter kann mit Petersiliekartoffeln oder einer anderen Sättigungsbeilage zum sog. fleischlosen Gericht kombiniert werden.

Speckbohnen

Geputzte grüne Bohnen brechen oder schnitzeln, in wenig Brühe mit Bohnenkraut dünsten, aus dem Dünstfond und

einer mit Speck- und Zwiebelwürfeln hergestellten Mehlschwitze Soße herstellen, gut durchkochen, die Bohnen damit binden, gut durchziehen lassen.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweine- oder Hammelfleisch, gebratene Hackfleischzubereitungen, Matjeshering, Delikateßhering, gebratenen Hering oder gebratene Makrele.

Spinat (Grundzubereitung)

Verlesenen, gut geputzten und gewaschenen Spinat kurz in wenig Salzwasser dünsten, gut abtropfen, wolfen. Aus heller Mehlschwitze mit Zwiebel, dem Dünstfond und Brühe Soße bereiten, gut durchkochen, den Spinat in die heiße Soße geben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, gut verrühren und durchziehen lassen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten aus Schlachtfleisch und Fisch, panierte Schnitzel und Koteletts, gebratene Eier (Setzeier oder Rühreier), gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen Fisch.

Spinat mit Speck

Verlesenen, geputzten und gut gewaschenen Spinat kurz überbrühen, wolfen, auf angeschwitzte Speck- und Zwiebelwürfel geben, kurz dünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit wenig Reibebrot binden, gut durchziehen lassen.

Beilage für: geschmorte oder gebratene Fleisch-Soße-Komponenten (Schweinebraten, gefüllte Kalbsbrust), Setz- oder Rühreier, gebratene oder gedünstete Komponenten aus Fisch, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischkomponenten.

Hinweis: Kurz vor dem Anrichten ist der Spinat noch mit einem Rohanteil von feingehacktem Spinat aufzuwerten.

Tomaten, grilliert

Gewaschene, mittelgroße Tomaten unten über Kreuz einschneiden, auf ein gefettetes Blech oder in eine gefettete Pfanne setzen, im Ofen garen, vor dem Anrichten salzen und mit Petersilie bestreuen.

Beilage für: gegrillte Steaks aus Schlachtfleisch, Fisch oder Wild, gegrillte Fleischspießchen, gegrillten Broiler oder anderes gegrilltes Geflügel.

Hinweis: 1. Die Bezeichnung grillierte Tomate ist allgemein verbreitet und wird deshalb auch hier verwendet, obwohl die Tomaten nicht grilliert, sondern im Ofen gebacken werden.
2. Grillierte Tomaten dienen vor allem als Garnierung, man gibt deshalb noch eine andere Salat- oder Gemüsebeilage.

Weinkraut I

Weinsauerkraut mit Brühe und Lorbeerblatt und wenig Salz gardünsten, kurz vor der Gare mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln und in Weißwein gedünsteten Weinbeeren vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: kurzgebratene Fleisch-Soße-Komponenten (Paprikaschnitzel, geschmorte Rostbraten), Bratwurst, Fleischspießchen, Gänse- oder Entenbraten, Wildgeflügel (Fasan, Wildente, Wachtel), gegrillten Lachs oder Stör.

Weinkraut II

Weißkohl in grobe Würfel schneiden, auf angeschwitzte Speck- und Zwiebelwürfel geben, mit Apfelwein und Brühe angießen, Lorbeerblatt zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, gardünsten, mit geriebener Kartoffel oder angerührtem Mehl binden.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten (vor allem aus Schweine-



fleisch), gebratene Hackfleischzubereitungen, Gänsebraten und Entenbraten, gebratenen Fisch (Seelachs, Kabeljau).

Weinsauerkraut

Weinsauerkraut auf angeschwitzte Speck- und Zwiebelwürfel geben, mit wenig Brühe angießen, mit Lorbeerblatt, Salz und Wacholderbeeren würzen, gardünsten. Kurz vor der Gare mit Weißwein angießen und leicht mit geriebener Kartoffel binden.

Beilage für: wie Weinkraut I.

Wirsingkohl

Geputzten Wirsingkohl vierteln, in Salzwasser kurz blanchieren, grob hacken, auf einen Ansatz aus goldgelb angeschwitzten Zwiebelwürfeln, die mit Essig und Brühe abgelöscht wurden, geben, mit Salz, Pfeffer und wenig gehacktem Kümmel abschmecken, gardünsten, leicht mit Mehl binden.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweine-, Rind- oder Hammelfleisch, gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen Fisch (Seelachs, Kabeljau) oder braune Fischragouts (Fischpörkölt oder -gulasch, Tomatenfisch).

Würfelkarotten

Siehe Butterkarotten.

Würfelmöhren

Siehe Buttermöhren.

Zucchetti (Gurkenkürbis)

Siehe Schmorgurken.

Zwiebelgemüse

Geschälte, große Zwiebeln in Scheiben schneiden, in wenig heißem Fett anschwitzen, mit Brühe angießen, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen, dünsten. Aus dem Dünstfond und heller Mehlschwitze Soße zubereiten, die Zwiebelscheiben damit binden, mit Zitronensaft abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: Hammelbraten, Hammelragout, Schweinebraten, Schweinsgulasch, Hammelkotelett, Hammelspießchen (Schaschlyk), Hackfleischklopse aus Hammelfleisch.

Zwiebellinsen

Linsen mit dem Einweichwasser und Lorbeerblatt garen, angeschwitzte Speck- und Zwiebelwürfel dazugeben, leicht binden, mit Essig, Zucker, Pfeffer und Salz abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Wildsteaks oder Schweinesteaks, geschmortes Wildgeflügel.

Zwiebeln, glasiert

Kleine, geschälte Zwiebeln in Salzwasser aufkochen, gut abtropfen, in Zucker rollen, in wenig zerlassener Margarine langsam schmoren, bis sie glänzend gebräunt sind.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Steaks aus Schlachtfleisch, Wild oder Geflügel, gebratenen Schweinerücken oder Hammelrücken.

Hinweis: Glasierte Zwiebeln dienen vor allem als Garnierung, es wird deshalb noch eine andere Salat- oder Gemüsebeilage als Komponente für das Gericht verwendet.

12.4. Salatbeilagen

Salatbeilagen sind kalte Speisenkomponenten aus einem oder mehreren Gemüsen, die pikant (vor allem säuerlich) abgeschmeckt werden. Sie ergeben mit Sättigungsbeilagen, Fischkomponenten, Eierkomponenten, Geflügelkomponenten, Schlachtfleischkomponenten oder Wildbretkomponenten ein Gericht. Warme Speisenkomponenten aus Gemüse werden als Gemüsebeilagen bezeichnet (siehe 12.3.). Zunehmend werden bei der Zusammenstellung von Gerichten Gemüsebeilagen durch Salatbeilagen ersetzt, die ernährungsphysiologisch besonders wertvoll sind, da sie vitaminreich sind. Sie sind außerdem fast ausnahmslos mit geringem Arbeitsaufwand und rasch herzustellen.
Nach verwendeten Gemüsen und der Art der Zubereitung sind drei Gruppen von Salaten zu unterscheiden:

Frischkostsalate (Rohkostsalate), die aus rohen zerkleinerten Gemüsen zubereitet werden (Blattsalate, Gurkensalate, Tomatensalate, Krautsalate) und nur eine Gemüseart enthalten,
Salate aus gegarten Gemüsen, die aus einer Gemüseart zubereitet werden (z. B. Bohnensalat, rote Beete, Blumenkohlsalat, Selleriesalat),
gemischte Salate.

Bei der *Zubereitung* ist zwischen zwei Grundmethoden zu unterscheiden, nämlich dem Zubereiten mit einer Salatmarinade oder Salatsoße *(Salatdressing)* sowie dem Zubereiten durch das direkte Zusetzen und Vermengen mit den Gewürzen.
Salatsoßen (Salattunken, Salatdressing) können sehr unterschiedlich zusammengesetzt sein. Die verbreitetsten sind:

Eiermarinade

Das Eigelb gekochter Eier durch ein Sieb drücken, mit Essig, Öl, Senf, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker gut verrühren, so daß eine sämige Soße entsteht.

Essigmarinade für Blattsalate

Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Zucker, gehackte Petersilie oder feingeschnittenen Dill mit wenig Wasser gut verrühren, bis Salz und Zucker aufgelöst sind.

Essigmarinade, gekocht

Feingeschnittene Zwiebelwürfel in Öl anschwitzen ohne Farbe nehmen zu lassen, mit Weinessig ablöschen, mit Wasser ergänzen, mit Salz und Pfeffer würzen, aufkochen.

Joghurtmarinade

Mager- oder Vollmilchjoghurt mit Zitronensaft, Öl, Pfeffer, Salz und wenig Zucker vermischen und so lange rühren, bis Zucker und Salz aufgelöst sind.

Kräutermarinade

Quark durch ein Sieb drücken, mit Kondensmilch, Öl, Weißwein, Pfeffer, Salz, einer Prise Zucker und viel gehackten Kräutern vermengen, so lange rühren, bis Salz und Zucker aufgelöst sind und eine sämige Soße entstanden ist.

Roquefortmarinade

Roquefort durch ein Sieb drücken, mit Essig, Öl, Salz, gehackter Petersilie und feingeschnittenem Schnittlauch zu einer sämigen Soße verrühren.



Sahne-Ei-Marinade

Hartgekochte Eier fein hacken, mit saurer Sahne, Salz, Pfeffer, Zucker, Öl, gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Dill zu einer sämigen Soße verrühren.

Sahnemarinade

Saure Sahne, gehackten Dill oder feingeschnittenen Schnittlauch, Salz, Öl, Pfeffer und Zitronensaft zu einer sämigen Soße verrühren.

Senfmarinade

Senf mit Sahne oder Kondensmilch, Zitronensaft oder Weißwein, Salz, Pfeffer, Öl und einer Prise Zucker zu einer sämigen Soße verrühren.

Tomatenmarinade

Quark durch ein Sieb drücken, mit Kondensmilch, Öl, Essig, Tomatenmark, Pfeffer und Salz zu einer sämigen Soße verrühren.

Zitronenmarinade für Blattsalate

Zitronensaft, viele gehackte Kräuter, Salz, Pfeffer, Zucker und Öl mit wenig Wasser vermischen und so lange rühren, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben.

Beispiele für Salatbeilagen

Apfel-Sauerkraut-Salat

Grob gehacktes Sauerkraut mit geraspelten, säuerlichen Äpfeln vermengen, mit Salz, Essig, Öl und einer Prise Zucker vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Steaks aus Schweinefleisch oder Fisch, geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweinefleisch, Schweinefleischspießchen, gekochte Komponenten aus Schweinefleisch (Schlachtplatte, Schweinebauch), gebratene Hackfleischzubereitungen.

Hinweis: Anstelle der geraspelten Äpfel kann auch Apfelmus verwendet werden.

Artischockensalat, gemischt

Artischockenböden (Sterilkonserve) gut abtropfen, in Streifen oder Würfel schneiden, mit Würfeln von abgezogenen Tomaten, marinierten Streifen von grünen Gemüsepaprika und Senfmarinade vermengen. Gut durchziehen lassen. Beim Anrichten mit gehackter Petersilie und grob gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Steaks aus Schlachtfleisch, Fisch oder Wild, Fisch- oder Wildspießchen, geschmorte Komponenten aus Wild und Wildgeflügel.

Auberginensalat (Salata de Vinete)

Auberginen säubern, in der Backröhre kurz erhitzen und die Haut abziehen, den Stiel abdrehen. Fein hacken und das Püree mit Zitronensaft, Salz, geriebener Zwiebel und Öl vermengen und gut durchziehen lassen.

Beilage für: Weißbrot.

Blumenkohlsalat

Blumenkohlröschen in Salzwasser bißfest garen, gut abtropfen, mit einer gekochten Essigmarinade übergießen, gut durchziehen lassen, mit wenig Marinade anrichten, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: panierte Schnitzel und Koteletts aus Schweine- oder Kalbfleisch, geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweine-, Rind-, Kalb- oder Kaninchenfleisch, Bratgeflügel, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen Fisch.

Blumenkohlsalat, gemischt

Bißfest gegarte Blumenkohlröschen mit Tomatenwürfeln und Würfeln von Salatgurke vermengen, in einer Sahne-Ei-Marinade anschwenken, gut durchziehen lassen, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: wie Blumenkohlsalat.

Blumenkohlsalat in Tomatenmarinade

Blumenkohlröschen in leicht gesäuertem Salzwasser bißfest garen, gut abtropfen, abkühlen und vorsichtig in Tomatenmarinade schwenken, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie und gehackten Nüssen bestreuen.

Beilage für: wie Blumenkohlsalat, jedoch auch für gegrillte oder geschmorte Wildfleischkomponenten.

Blumenkohlsalat mit Nüssen

Blumenkohlröschen in Salzwasser bißfest garen, gut abtropfen, abkühlen, vorsichtig in Kräutermarinade schwenken, anrichten, mit gehackten Nüssen bestreuen.

Beilage für: wie Blumenkohlsalat, jedoch auch für gegrillte und geschmorte Komponenten aus Wildbret.

Blumenkohlsalat, pikant

Blumenkohlröschen bißfest garen, gut abtropfen, abkühlen, mit Würfeln von Delikateßgurke vermengen, vorsichtig in Sahnemarinade schwenken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: kalte Schlachtfleischkomponenten aus Schweinefleisch, Wurst, kalte Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Fisch oder Geflügel, hartgekochte Eier.

Bohnensalat (Grundzubereitung)

Geputzte grüne Bohnen brechen oder schnitzeln, bißfest garen, gut abtropfen, mit gekochter Essigmarinade übergießen, gut durchziehen lassen, mit wenig Marinade anrichten, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch, Hammelfleisch oder Kaninchenfleisch, panierte Schnitzel oder Koteletts, gebratenen Fisch, kurzgebratene oder gegrillte Wildfleischkomponenten, kalte Schlachtfleischkomponenten, Fisch- oder Eierkomponenten.

Bohnen-Gurken-Salat

Bißfest gegarte grüne Bohnen gut abtropfen, mit Essigmarinade und geraspelter Salatgurke vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

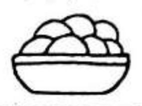
Beilage für: wie für Bohnensalat (Grundzubereitung).

Bohnen-Salat, Weiße-

Weiße Bohnen im Einweichwasser bißfest garen, gut abtropfen, mit Essigmarinade vermengen, mit gehackter Petersilie und Pepper-Sauce abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: geschmorte Wildfleisch- und Schlachtfleischkomponenten, gegrillte Wildfleisch- oder Schlachtfleischspießchen, kalte Schweinefleischkomponenten, kalten Entenbraten, kalte Hackfleischzubereitungen, kalte Fischkomponenten.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, anstatt der Essigmarinade Tomatenmarinade zu verwenden und den Salat beim Anrichten mit gehacktem, hartgekochtem Ei zu bestreuen.



Champignonsalat I

Gesäuberte Champignons in Scheiben schneiden, dünsten, noch warm mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln oder Schnittlauch, Pfeffer, Salz, Essig, Öl vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Kalbssteak, Filetsteak, Schweinesteak, Wildsteak, geschmorte Kalbshachse, gegrillte Fleischspießchen, Brathuhn, Fischsteaks und gebratenen Fisch, kalte Schlachtfleisch-, Fisch-, Geflügel-, Wild- oder Eierkomponenten.

Champignonsalat II

Gesäuberte Champignons in Scheiben schneiden, dünsten, abtropfen und abkühlen, mit Sahne-Eier-Marinade vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: wie Champignonsalat I.

Chicoréesalat (Grundzubereitung)

Gereinigten Chicorée in etwa 1 cm breite Streifen schneiden, mit Essigmarinade durchschwenken und gut durchziehen lassen, anrichten und mit grob gehacktem, hartgekochtem Ei und Petersilie bestreuen.

Beilage für: Steaks aus Fisch, Schlachtfleisch oder Wild, gegrillte Fleischspießchen, panierte Schnitzel oder Koteletts, gebratene Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Fisch, Eier, Geflügel oder Schlachtfleisch einschließlich Wurstaufschnitt und Pasteten.

Chicoréesalat in Sahne

Gesäuberten Chicorée in etwa 1/2 cm breite Streifen schneiden, in Sahnemarinade anschwenken, durchziehen lassen, beim Anrichten mit Tomatenachteln garnieren.

Beilage für: wie für Chicoréesalat (Grundzubereitung), zusätzlich noch für gebratene oder geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten, geschmorte oder gebratene Komponenten aus Wildbret einschließlich Wildgeflügel, gebratene Eier.

Chicoréesalat in Senfmarinade

Zubereitung wie Chicoréesalat in Sahne, jedoch nicht Sahnemarinade, sondern Senfmarinade verwenden.

Beilage für: wie Chicoréesalat in Sahne.

Chicoréesalat in Tomate

Gesäuberten Chicorée in etwa 1/2 cm breite Streifen schneiden, mit Tomatenmarinade und Tomatenwürfeln vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackten Nüssen und Petersilie bestreuen.

Beilage für: wie Chicoréesalat in Sahne.

Chicoréesalat mit Orangen

Gesäuberten Chicorée in etwa 1 cm breite Streifen schneiden, mit halbierten Orangenfilets und Sahne-Ei-Marinade vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackten Kräutern reichlich bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks aus Wildbret und Wildspießchen, geschmorte Wildkomponenten, gegrilltes oder gebratenes Geflügel, gegrillte Fischsteaks oder Fischspießchen, kalte Wildbret- oder Geflügelkomponenten, Pasteten.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, Chicoréesalat mit Orangen auf Kopfsalatblättern anzurichten.

Chicorée-Kartoffel-Salat

Chicoréesalat (Grundzubereitung) mit Scheiben von gut gekühlten Pellkartoffeln vermengen, gut durchziehen lassen, beim

Anrichten reichlich mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: gegrillte Steaks oder Koteletts aus Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, gegrillte Spießchen aus Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, Rostbrätl, Rostbratwurst, gebratene Eier, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch, hartgekochte Eier.

Hinweis: Chicorée-Kartoffel-Salat kann auch mit Eierachteln garniert als kaltes Gericht zusammengestellt werden. Er stellt eigentlich keine typische Salatbeilage, sondern eine Kombination von Salat- und Sättigungsbeilage dar.

Chinakohlsalat

Gesäuberten Chinakohl in etwa 1 cm breite Streifen schneiden, mit Kräutermarinade vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie und gehacktem, hartgekochtem Ei reichlich bestreuen.

Beilage für: gebratene Steaks, Schnitzel und Koteletts aus Schlachtfleisch, Rostbrätl, Rostbratwurst, geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schlachtfleisch, gebratene Eier, gebratenen Fisch, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch oder Geflügel.

Chinakohlsalat mit Nüssen

Gesäuberten Chinakohl in etwa 1/2 cm breite Streifen schneiden, mit Tomatenmarinade vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackten Nüssen und Petersilie vermengen.

Beilage für: wie Chinakohlsalat.

Chinakohlsalat mit saurer Sahne

Gesäuberten Chinakohl in etwa 1 cm breite Streifen schneiden, mit Essigmarinade übergießen, gut durchziehen lassen, mit wenig Marinade anrichten, mit saurer Sahne übergießen, mit gehackten Kräutern bestreuen.

Beilage für: gegrillte und gebratene Steaks aus Wildbret, Wildspießchen, geschmorte Komponenten aus Wildbret, gekochtes Rindfleisch in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen Fisch, kalte Fleisch-, Fisch- oder Geflügelkomponenten.

Endiviensalat (Eskariol)

Geputzte, sorgfältig verlesene und gewaschene Endivien gut abtropfen, die Blätter in etwa 1/2 cm breite Streifen schneiden, mit Zitronenmarinade für Blattsalate übergießen, gut durchziehen lassen, mit wenig Marinade anrichten, mit saurer Sahne soßieren, mit gehackten Nüssen bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks aus Schweinefleisch, Rindfleisch, Hammelfleisch, Fisch oder Wild, geschmorte Komponenten aus Schweinefleisch (Schweinekamm, Rippchen).

Feldsalat (Rapünzchen)

Gut verlesenen und gewaschenen Feldsalat abtropfen, in Zitronenmarinade schwenken, mit viel geschnittenem Schnittlauch in wenig Marinade anrichten.

Beilage für: wie Endiviensalat.

Hinweis: Anstatt Schnittlauch können auch feingeschnittene Zwiebelwürfel verwendet werden.

Fenchelsalat

Siehe Insalata di finocchio.

Gemüsesalat, gemischt

Geputzte Möhren raspeln, geschälten Sellerie fein raspeln, säuerliche Äpfel in feine Würfel schneiden, mit Senfmarinade



vermengen, mit geriebenem Meerrettich abschmecken, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie sowie gehackten Nüssen oder gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Schweinefleisch, Hammelfleisch, Kaninchenfleisch oder Fisch, gebackenes Fischfilet, gebratene Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Schweinefleisch, Bratgeflügel, Wild oder Fisch.

Gurkensalat (Grundzubereitung)

Geschälte Salatgurken in feine Scheiben hobeln, mit Salz, Pfeffer, Essig, Öl und feingeschnittenem Dill vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: Steaks, Schnitzel oder Koteletts aus Schweinefleisch, Rindfleisch, Kalbfleisch, Hammelfleisch, Fisch oder Wild, gebratene Eier und Eierauflauf, gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen oder gebackenen Fisch, Bratgeflügel (Brathähnchen), kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch.

Hinweis: Junge Salatgurken oder Treibhausgurken können auch, gut gesäubert, ungeschält verarbeitet werden.

Gurkensalat, geraspelt

Salatgurken waschen und ungeschält fein raspeln, salzen, pfeffern, mit saurer Sahne und feingeschnittenem Schnittlauch vermengen.

Beilage für: wie Gurkensalat (Grundzubereitung).

Hinweis: 1. Der Gurkensalat ist sofort nach der Zubereitung anzurichten und auszugeben, da er bei längerem Stehen stark Saft absetzt.
2. Anstelle der sauren Sahne kann auch gut verrührter Joghurt verwendet werden.

Gurkensalat in Sahne

Salatgurken in dünne Scheiben raspeln, in Sahnemarinade schwenken, sofort anrichten und reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: wie Gurkensalat (Grundzubereitung).

Gurkensalat mit Bohnen

Siehe Bohnen-Gurken-Salat.

Gurkensalat mit Tomaten

Gurkensalat (Grundzubereitung) mit vorher gesalzenen und mit Essig überspritzten Tomatenscheiben vorsichtig vermengen (schwenken), beim Anrichten reichlich mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: wie Gurkensalat (Grundzubereitung).

Insalata di finocchio (Fenchelsalat) (Italien)

Geputzte Fenchelstangen der Länge nach halbieren, in feine Streifen schneiden, gründlich waschen, gut abtropfen, mit Salz, Pfeffer, Essig und Öl pikant abschmecken, gut durchziehen lassen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweine-, Rind- oder Kalbfleisch (Schweinsrücken, Rindslende in Sahne, Rindsroulade, gefüllte Kalbsbrust, geschmorte Kalbshachse), Teigwarengerichte (Makkaroni- oder Spaghettiauflauf), kalte Komponenten aus Geflügel oder Fisch.

Kohlrabifrischkost

Kohlrabi schälen, waschen, gut abtropfen, raspeln, mit Joghurtmarinade und feingeschnittenem Schnittlauch vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: Kalbsbraten, Kalbssteak, Kalbsschnitzel, Kalbskotelett, Bratgeflügel,

gebratene Eier, gebratenen Fisch, geschmorte Schweinefleischkomponenten, kalte Komponenten aus Geflügel oder Fisch.

Hinweis: Junger Kohlrabi wird ungeschält verarbeitet, außerdem werden die Herzblättchen fein gehackt und unter den Salat gemengt.

Kopfsalat (Grundzubereitung)

Geputzten Kopfsalat entblättern, die Blätter gut waschen, abtropfen, durch Essig- oder Zitronenmarinade für Blattsalat ziehen und anrichten.

Beilage für: kurzgebratene oder geschmorte Komponenten aus Schlachtfleisch, Geflügel, Fisch oder Eiern, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen, Teigwarenaufläufe, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Geflügel, Eiern oder Fisch.

Hinweis: Kopfsalat soll angerichtet nicht lange stehen, da er sonst zusammenfällt und unansehnlich wird.

Kopfsalat in Sahne

Gut gewaschenen und abgetropften Kopfsalat in Stücke reißen oder in etwa 2 cm breite Streifen schneiden, in Sahnemarinade anschwenken, beim Anrichten mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch oder Dill bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks aus Fisch, Schlachtfleisch oder Wild, Spießchen aus Schlachtfleisch oder Wild (einschließlich Leberspießchen), gebratene Eier, Bratgeflügel oder gegrilltes Geflügel, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch.

Hinweis: Kopfsalat in Sahne kann beim Anrichten noch mit gehackten Nüssen bestreut werden.

Kopfsalat in Sahne-Ei-Marinade

Zubereitung wie Kopfsalat in Sahne, jedoch Sahne-Ei-Marinade zur Herstellung verwenden.

Beilage für: wie Kopfsalat in Sahne.

Kopfsalat mit Kresse

Kopfsalatblätter gut waschen, große Blätter zerreißen, gut abtropfen, durch Essig- oder Zitronenmarinade ziehen, anrichten, mit abgetropfter und in Essigmarinade marinierter Kresse umlegen, mit gehackten, hartgekochten Eiern bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch und Hammelfleisch, gebratenen Fisch, Bratgeflügel, gebratene Eier, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch oder Geflügel.

Krautsalat

Siehe Apfel-Sauerkraut-Salat.
Siehe Rotkohlsalat.
Siehe Sauerkrautsalat.
Siehe Sauerkrautsalat mit Möhren und Rosinen.
Siehe Weißkohlsalat.
Siehe Weißkohl-Möhren-Salat.

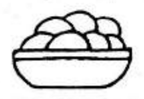
Kressesalat

Kresse putzen, gut verlesen und waschen, abtropfen, durch Essig-Öl-Marinade ziehen, mit Zitronensaft vollenden.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch, Hammelfleisch, Fisch oder Wild.

Kressesalat, gemischt

Geputzte, gewaschene und gut abgetropfte Kresse mit Streifen von Tomatenpaprika und Gurkenscheiben vermengen, mit saurer Sahne oder Joghurt, Salz, einer Prise



Zucker und feingeschnittenem Dill abschmecken.

Beilage für: wie Kressesalat.

Maissalat, gemischt

Maiskörner gut abtropfen (Dosenware), mit im Einweichwasser bißfest gegarten weißen Bohnen, Streifen von mariniertem Gemüsepaprika und Tomaten- oder Senfmarinade vermengen, gut durchziehen lassen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: Wildsteaks und Wildspießchen, geschmorte Zubereitungen aus Wild einschließlich Wildgeflügel, Entenbraten, Putenbraten, kalte Komponenten aus Wild, Ente oder Pute.

Hinweis: Maissalat kann auch noch mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln vermengt werden.

Möhrensalat I

Geputzte und gut gewaschene Möhren raspeln, mit geraspeltem, rohem Sellerie (Verhältnis vier Teile Möhren auf einen Teil Sellerie), Essig, Öl, Pfeffer, Salz und gehackten Kräutern gut vermengen, durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Schweine- oder Rindfleisch, Schweinebraten oder Schweinsgulasch, Kaninchenbraten, Entenbraten oder Entenpörkölt, gebratene Hackfleischkomponenten, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel.

Möhrensalat II

Geputzte und gewaschene Möhren raspeln, mit geraspelten, säuerlichen Äpfeln, Salz, Zitronensaft und Öl vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackten Nüssen bestreuen und mit Sahne oder Kondensmilch betropfen.

Beilage für: geschmorte Komponenten aus Schlachtfleisch, gebratenen Fisch, gebratene Eier, Kochklopse in verschiedenen Soßen, Teigwarenaufläufe, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch oder Fisch.

Paprikasalat

Vom Samen befreite und gut gewaschene Gemüsepaprika (möglichst gelbe, rote und grüne Sorten gemeinsam) gut abtropfen, in dünne Ringe schneiden, mit mageren, angebratenen Speckwürfeln vermengen, leicht salzen, mit gekochter Essigmarinade übergießen, durchziehen lassen, mit wenig Marinade anrichten.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch, Hammelfleisch, gebratenen Fisch, Enten- oder Gänsebraten, geschmorte Komponenten aus Schweine- oder Rindfleisch, kalte Komponenten aus Fisch, Schlachtfleisch oder Geflügel.

Hinweis: Paprikasalat steht auch konserviert (Import aus der Ungarischen VR) anrichtefertig zur Verfügung.

Radieschensalat (Grundzubereitung)

Geputzte und gut gewaschene Radieschen in Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, mit Zwiebelwürfeln, Essig und Öl vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, gebratene Eier (Setzeier, Rühreier, Bauernfrühstück), gebratene Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Geflügel, Fisch oder Eiern.

Hinweis: Es ist auch üblich, den Radieschensalat auf Kopfsalatblättern anzurichten.

Radieschensalat in Eiermarinade

Gesäuberte Radieschen in dünne Scheiben schneiden, leicht salzen und mit Essig säuern, in Eiermarinade schwenken, gut durchziehen lassen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: wie Radieschensalat (Grundzubereitung).

Radieschensalat in Roquefortmarinade

Zubereitung wie Radieschensalat in Eiermarinade, jedoch Roquefortmarinade verwenden.

Hinweis: Für die Marinade kann anstelle von Roquefort auch bulgarischer Schafskäse verwendet werden.

Rapünzchensalat

Siehe Feldsalat.

Rote Bete (Salat aus roten Rüben) (Grundzubereitung)

Rote Rüben gut waschen, bißfest kochen, abschrecken, schälen, in Scheiben schneiden, mit feinen Zwiebelwürfeln, Senfkörnern und Kümmel bestreuen, mit heißer Essigmarinade übergießen, so daß die roten Rüben damit bedeckt sind, gut durchziehen lassen, mit wenig Marinade anrichten, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Hammelfleisch, gebratenen Fisch, gekochtes Rind- oder Schweinefleisch, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch oder Fisch.

Rote Bete in Meerrettich

Zubereitung wie rote Bete (Grundzubereitung), jedoch, nachdem die Essigmarinade erkaltet ist, noch geriebenen Meerrettich unter die roten Rüben mengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: wie rote Bete (Grundzubereitung), außerdem noch für gegrillte Steaks und Spießchen aus Schlachtfleisch, Fisch oder Wild, Bauernfrühstück.

Rotkohlsalat (Rotkrautsalat) I (Grundzubereitung)

Rotkohl putzen, vierteln, waschen, gut abtropfen lassen, in Streifen schneiden oder raspeln, so lange stampfen, bis er glasig wird, mit Essigmarinade und geraspelten Äpfeln vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: geschmorte Komponenten aus Schweine-, Rind- oder Hammelfleisch, gebratenen Fisch, gebratene Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch.

Rotkohlsalat II

Rotkohl putzen, vierteln, waschen, gut abtropfen, raspeln, stampfen, bis er glasig wird, mit geraspelten Äpfeln, Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Zucker und verdünntem Johannisbeergelee vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackten Nüssen bestreuen.

Beilage für: wie für Rotkohlsalat I, jedoch noch für gegrillte, kurzgebratene oder geschmorte Komponenten aus Wildbret.

Salat, gemischt

Kombination von zwei verschiedenen Salaten (z. B. Kopfsalat und Tomatensalat, Krautsalat und Bohnensalat, Gurkensalat und Tomatensalat), die gemeinsam angerichtet werden.

Beilage für: gegrillte, kurzgebratene oder geschmorte Komponenten aus Eiern, Fisch, Schlachtfleisch, Wild und Geflügel, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene



Hackfleischzubereitungen, helle Ragouts aus Schlachtfleisch, Eiern, Fisch oder Geflügel, kalte Komponenten aus Eiern, Fisch, Geflügel, Schlachtfleisch und Wildbret.

Hinweis: 1. Gemischte Salate werden häufig auf Kopfsalatblättern angerichtet.
2. Es sind sehr unterschiedliche Kombinationen möglich.

Salata de Vinete (SR Rumänien)

Siehe Auberginensalat.

Salatteller

Kombination von drei oder mehr Salaten (z. B. Bohnensalat, Gurkensalat und Tomatensalat), die gemeinsam auf einer Glasplatte oder einem anderen Anrichtegeschirr appetitlich angerichtet werden (besonders das Farbspiel und die geschmackliche Zusammenstellung beachten).

Beilage für: wie Salat, gemischt.

Hinweis: 1. Es sind sehr unterschiedliche Kombinationen möglich.
2. Salatteller ergibt kombiniert mit Knäckebrot, Graubrot, Bratkartoffeln oder einer anderen Sättigungsbeilage ein sog. fleischloses Gericht.

Sauerkrautsalat (Grundzubereitung)

Sauerkraut ausdrücken, locker zupfen oder grob hacken, mit Essigmarinade vermengen, gut durchziehen lassen. Beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie vermengen.

Beilage für: gegrillte, kurzgebratene oder geschmorte Komponenten aus Schweinefleisch, gekochten Schweinskopf, Eisbein, Schweinebauch, Spitzbein, gebratene Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Schweinefleisch.

Hinweis: Statt mit Essigmarinade wird das Würzen des Sauerkrauts auch mit Pfeffer, Salz, einer Prise Zucker, Öl und Zitronensaft vorgenommen. Ist das Sauerkraut sehr sauer, empfiehlt es sich, es vor dem Zubereiten kurz zu waschen.

Sauerkrautsalat mit Apfel

Siehe Apfel-Sauerkraut-Salat.

Sauerkrautsalat mit Möhren und Rosinen

Weinsauerkraut grob hacken, mit Pfeffer, Salz, wenig Zucker, Öl, geraspelten Möhren, Zitronensaft und in Weiß- oder Apfelwein eingeweichten Rosinen vermengen, gut durchziehen lassen. Beim Anrichten mit gehackten Nüssen bestreuen.

Beilage für: wie Sauerkrautsalat (Grundzubereitung), außerdem noch für Komponenten aus Wildbret, Fisch sowie Gans und Ente.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, dem Salat noch etwas geraspelten, rohen Sellerie zuzusetzen.

Sellerie-Apfel-Salat

Geschälte Sellerieknollen und säuerliche Äpfel raspeln, salzen und mit Zitronensaft marinieren, mit Joghurtmarinade vermengen, gut durchziehen lassen. Beim Anrichten mit marinierten Gemüsepaprikastreifen oder Tomatenachteln garnieren.

Beilage für: gegrillte, kurzgebratene oder geschmorte Komponenten aus Schweine-, Rind-, Hammel- oder Kaninchenfleisch, Wildbret, gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen oder gebackenen Fisch, Bauernfrühstück, kalte Komponenten aus Schweinefleisch, Geflügel oder Wild.

Selleriesalat I

Gut gesäuberte (abgebürstete) Sellerieknollen bißfest kochen, schälen, in Scheiben schneiden, mit feinen Zwiebelwürfeln bestreuen, mit heißer Essigmarinade über-

gießen, gut durchziehen lassen. Mit wenig Marinade anrichten und reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: wie für Sellerie-Apfel-Salat, jedoch auch für gekochte Komponenten aus Schweine-, Rind- oder Hammelfleisch in verschiedenen Soßen.

Selleriesalat II

Gewaschene und geschälte Sellerieknollen in dünne Scheiben schneiden oder raspeln, in kochende Essigmarinade geben und einige Minuten kochen, in der Marinade erkalten lassen, mit feingeschnittenem Schnittlauch, Salz, Pfeffer und Öl vollenden.

Beilage für: wie Selleriesalat I.

Selleriesalat, roh

Sellerie gründlich waschen, schälen, fein raspeln und sofort mit etwas Zitronensaft oder Essig vermengen (verhindert das Verfärben), mit Sahne-Ei-Marinade gut vermengen und durchziehen lassen. Beim Anrichten mit Tomatenachteln garnieren.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Steaks und Spießchen aus Schlachtfleisch, Wild oder Fisch, kalte Komponenten aus Geflügel, Fisch, Eiern oder Schlachtfleisch.

Selleriesalat mit Grapefruit (Schweiz)

Sellerie waschen und schälen, in kleine Würfel schneiden, in Salzwasser, dem etwas Zitronensaft zugesetzt wird, nicht zu weich dünsten. Geschälte Grapefruit filetieren, Selleriewürfel abtropfen lassen, mit Joghurt, Zitronensaft, Salz und weißem Pfeffer vermengen und die Grapefruitfilets darunterheben. Gut durchziehen lassen und auf marinierten Salatblättern anrichten.

Beilage für: wie Selleriesalat I, außerdem als Vorspeise geeignet.

Spargelsalat

Bißfest gegarte Spargelstücke in Essigmarinade einlegen, gut durchziehen lassen, mit wenig Marinade anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch oder Wild, gebratene Eier, gebratene Komponenten aus Kalbfleisch oder Geflügel, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Eiern, Fisch oder Geflügel.

Tomaten-Chicorée-Salat

Chicoréestreifen mit Tomatenscheiben und Tomatenmarinade vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie und gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Schweinefleisch oder Wildbret, gebratene oder gebackene Eier.

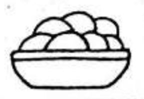
Tomaten-Gurken-Salat

Tomatenscheiben und Gurkenscheiben mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Pfeffer, Salz, Essig und Öl vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: gegrillte, kurzgebratene oder geschmorte Komponenten aus Schlachtfleisch, Eiern, Fisch, Geflügel oder Wildbret, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Eiern, Geflügel, Schlachtfleisch oder Wild.

Tomatenpaprika-Salat

Tomatenpaprika vom Kerngehäuse säubern, gut waschen, in etwa 1/2 cm breite Streifen schneiden, mit heißer Essigmarinade übergießen, gut durchziehen lassen, mit wenig Marinade anrichten, reichlich mit



gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: wie Tomaten-Gurken-Salat.

Tomatensalat (Grundzubereitung)

Gewaschene Tomaten in Scheiben schneiden, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Essig, Salz, Pfeffer und Öl durchschwenken, beim Anrichten mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage für: wie Tomaten-Gurken-Salat.

Tomatensalat mit saurer Sahne

Gewaschene Tomaten in Scheiben schneiden, gefällig auf Glasteller anrichten, salzen, pfeffern, mit Essig beträufeln, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln bestreuen und mit einem Löffel saurer Sahne überziehen.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Schweinefleisch oder Rindfleisch, geschmorte Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Kaninchenfleisch, Bratgeflügel, gebratene Hackfleischzubereitungen, gebratenen Fisch, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel.

Wachsbohnensalat

Geputzte und gut gewaschene Wachsbohnen in 3···4 cm große Stücke schneiden oder brechen, bißfest in Salzwasser dünsten, mit heißer Essigmarinade vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten wenig Marinade mit verwenden, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: panierte Schnitzel oder Koteletts aus Schweine- oder Kalbfleisch, gebratene Eier (Setzeier, Rühreier, Bauernfrühstück), gebratenen Fisch, geschmorte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweine- oder Rindfleisch, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Eiern, Geflügel oder Fisch.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die Bohnen bereits in der Essigmarinade zu garen.

Weißkohl-Möhren-Salat

Weißkohl putzen, gut waschen, raspeln, mit wenig Salz vermengen und stampfen, bis der Weißkohl glasig wird, mit geraspelten Möhren vermengen, mit Joghurt- oder Sahnemarinade abschmecken, gut durchziehen lassen, beim Anrichten reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: geschmorte oder gekochte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch, Hammelfleisch oder Kaninchen, gebratenen Fisch oder gebackenes Fischfilet, Kochklopse in verschiedenen Soßen, gebratene Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Eiern, Geflügel oder Fisch.

Weißkohlsalat

Weißkohl putzen, gut waschen, raspeln, leicht salzen, stampfen, bis der Weißkohl glasig wird, mit gehacktem Kümmel, Salz, Pfeffer, feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Essig und Öl vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten reichlich mit feingeschnittenem Schnittlauch oder gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage für: wie Weißkohl-Möhren-Salat, außerdem gegrillte Fleischspießchen (Schaschlyk), Rostbrätl, Rostbratwurst und Schlachtplatte.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, den Salat noch mit angebratenen Würfeln von magerem Speck zu vermengen.

Zwiebelsalat I

Große Zwiebeln schälen, gut waschen, in Scheiben schneiden, mit wenig Brühe bißfest dünsten, mit gehacktem Kümmel

bestreuen, mit heißer Essigmarinade übergießen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten wenig Marinade mit verwenden und mit gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks von Schweine- oder Hammelfleisch, Schaschlyk, geschmorte oder gekochte Fleisch-Soße-Komponenten aus Schweine- oder Hammelfleisch, gebratenen oder gegrillten Fisch, gebratene Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Schweinefleisch oder Wild.

Zwiebelsalat II

Große Zwiebeln schälen, gut waschen, in Scheiben schneiden, mit wenig Brühe bißfest garen, abtropfen und abkühlen, mit Tomatenmarinade vermengen, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackten Nüssen bestreuen.

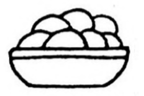
Beilage für: wie Zwiebelsalat I.

12.5. Soßen

Soßen (auch Sauce, Tunke) sind Speisenkomponenten, die als Bindemittel (z. B. bei Ragouts), als Einhüllungsmittel (z. B. Decksoßen) verwendet werden, oder um andere Speisenkomponenten schmackhafter zu machen und deren Eigengeschmack zu erhöhen (pikante Soßen, Würztunken).
Die *Grundzubereitung* der meisten Soßen besteht darin, daß sie aus einem Bratensatz oder Fond mit Mehl gebunden oder in ähnlicher Zubereitung, z. B. durch Emulgieren von Eigelb und Fett (die sog. echten oder aufgeschlagenen Soßen) hergestellt werden.
Es existiert eine große Anzahl geschmacklich und farblich sehr unterschiedlicher Soßen. Nach der Verzehrtemperatur sind sie in warme und in kalte Soßen, nach dem Geschmack in würzige und in süße Soßen einzuteilen, nach der Farbe wiederum in helle (weiße) oder dunkle (braune) Soßen.
Im folgenden Text wird zunächst nach warmen und kalten Soßen untergliedert. Eine weitere Einteilung wird innerhalb dieser Gruppen vorgenommen und jeweils zu Beginn erläutert. Süße Soßen werden im Abschnitt 19. Süßspeisen behandelt.

Warme Soßen

Bei den warmen Soßen lassen sich zwei Hauptgruppierungen unterscheiden, nämlich die braunen (dunklen) und die weißen (hellen) Soßen. Eine dritte große und besondere Gruppierung, deren Unterscheidungsmerkmal jedoch nicht die Farbe, sondern die Herstellungsart ist, sind die sog. aufgeschlagenen Soßen. Eine Sondergruppe sind auch die *warmen Buttermischungen,* die vor allem zu Fisch gegeben werden.
Braune (dunkle) warme Soßen werden aus dem Bratensatz der Braten oder aus braunem Grundfond (Kalbsfond, Wildfond) zubereitet, unterschiedlich abgeschmeckt und mit Mehl gebunden.
Weiße (helle) warme Soßen werden aus einem hellen Grundfond (Fischfond, Geflügelfond, Kalbsfond) und einer hellen Mehlschwitze zubereitet. Meist werden sie mit Weißwein und Eigelb oder mit Sahne und Eigelb legiert.
Aufgeschlagene (echte) warme Soßen werden durch warmes Verrühren von Eigelb und zerlassener Butter sowie einer Gewürzreduktion zubereitet. Sie erhalten durch Eigelb



und Fett eine gute Bindung, da durch das Rühren (Aufschlagen) und die Wärme eine Emulsion entsteht. Ein Binden mit Mehl ist deshalb nicht erforderlich.
Die Soßenzubereitung geht traditionell von einigen sog. *Grundsoßen* aus, die durch Zugabe unterschiedlicher Zutaten verschieden variiert werden können. So entstehen aus den Grundsoßen sog. *abgeleitete Soßen.* Als Grundsoße für die braunen Soßen für Schlachtfleisch dient die sog. braune Kraftsoße (Demiglace). Für die weißen warmen Soßen gibt es zwei Grundsoßen. Eine ist die weiße Grundsoße Velouté (Veloutésoße), die als Grundsoße in den Geschmacksrichtungen Kalbsveloutésoße (aus Kalbsfond), Fischveloutésoße (aus Fischfond) und Geflügelveloutésoße (aus Geflügelfond) zubereitet wird. Ihre Ableitungen sind dann für Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel bestimmt. Die zweite warme weiße Grundsoße ist die Béchamelsoße, die durch die Verwendung von Milch bei ihrer Zubereitung einen milderen Geschmack als die Veloutésoße hat und die Grundlage für Soßen zu Eier-, Krebs-, Schlachtfleisch- und Gemüsekomponenten bildet.
Die Grundsoße für die aufgeschlagenen Soßen ist die holländische Soße (Sauce hollandaise).

Beispiele für braune warme Soßen

Bratensaft, gebunden (Jus) I

Walnußgroß zerkleinerte Schweins- oder Kalbsknochen langsam anbraten. Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit wenig Wasser angießen, durchkochen, reduzieren, schmoren, mit Mehl anstäuben, Tomatenmark zugeben, schmoren, mit Wasser oder braunem Grundfond auffüllen, glattrühren, langsam 3 bis 4 Stunden mit Lorbeerblatt kochen, passieren, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Beilage für: kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch (einschließlich gebratener Hackfleischzubereitungen).

Hinweis: 1. Der Bratensaft kann auch zunächst ohne Mehl gekocht und erst zuletzt leicht mit angerührtem Mehl gebunden werden.
2. Bei der Zugabe von Bratensaft zu kurzgebratenen Schlachtfleischkomponenten ist zu beachten, daß bei panierten Schnitzeln, Koteletts u. a. der Bratensaft nicht über das Fleisch, sondern extra oder vorher auf die Platte gegeben wird.

Bratensaft, gebunden II

Bratensatz vom Braten des Fleisches mit Mehl anstäuben, mit Wasser oder braunem Grundfond angießen, glattrühren, durchkochen.

Beilage für: wird zu dem betreffenden Braten gegeben.

Burgundersoße

Braune Kraftsoße kräftig mit Burgunder abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: Burgundersaftbraten (Rinderbraten), Pökelzunge, frische Zunge, Putenbraten, Brathuhn, gebratenen Fisch, Schinkensteak oder gebratenen Schinken auf Makkaroni oder Kartoffelbrei, gebratene Rindslende, verlorene Eier oder gestürzte Eier.

Champignonsoße, braun

Braune Grundsoße mit Champignonfond (Fond bei konservierten Champignons oder Dünstfond von frischen Champignons) und wenig Weißwein vermischen, ziehen lassen, in Scheiben gedünstete Champignons oder Champignonköpfe dazugeben.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Steaks, Schnitzel oder Koteletts aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Kalbfleisch, Bratgeflügel (Brathuhn, Pute), gebratene Hackfleischzubereitungen (Kalbs-

brisolett), gebratenen oder gegrillten Fisch, verlorene oder gestürzte Eier, Omeletts.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die Champignonsoße noch mit Madeira abzuschmecken und mit gehackter Petersilie zu bestreuen.

Demiglace

Siehe Kraftsoße, braun.

Dunkler Grundfond

Siehe Grundfond.

Grundfond

Siehe Grundfond, braun.
Siehe Kalbsfond, braun.
Siehe Wildfond, braun.

Grundfond, braun

Walnußgroß zerhackte Schweins- oder Kalbsknochen anbraten, Bratgemüse zufügen und mitbraten, mit Tomatenmark schmoren, mit wenig Wasser angießen, reduzieren, schmoren, wieder mit wenig Wasser angießen, nochmals reduzieren, schmoren, mit Wasser auffüllen, leicht salzen, Lorbeerblatt zufügen und drei bis vier Stunden kochen, passieren.
Brauner Grundfond ist keine Speisenkomponente, sondern ein Halbfabrikat. Er wird für die weitere Verarbeitung zu einer Soße benötigt.

Hinweis: 1. Soll der Fond besonders kräftig werden, sind nochmals Knochen anzubraten, mit dem braunen Fond aufzufüllen und auszukochen.
2. Brauner Grundfond ist nur sehr mild zu würzen, damit er noch zu anderen Soßen weiterverarbeitet werden kann.
3. Brauner Grundfond ist vor der weiteren Verarbeitung abzufetten.

Grundsoße, braun

Braune Mehlschwitze unter Verwendung von Speck und Zwiebelwürfeln herstellen, mit braunem Grundfond angießen, glattrühren, gut durchkochen.

Beilage für: Braune Grundsoße wird in verschiedenen Varianten weiterverarbeitet (z. B. mit Weißwein und Senf, pikant abgeschmeckt).

Hinweis: Es handelt sich um die sog. einfache braune Grundsoße. Als braune Grundsoße gilt auch die braune Kraftsoße.

Jus

Siehe Bratensaft, gebunden.

Kalbsfond, braun

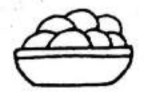
Zubereitung wie Grundfond, braun (siehe dort), jedoch nur Kalbsknochen verwenden.

Beilage für: Brauner Kalbsfond ist keine Speisenkomponente, sondern ein Halbfabrikat, das zu verschiedenen Soßen weiterverarbeitet wird.

Kraftsoße, braun (Demiglace)

Walnußgroß zerhackte Kalbs- oder Schweinsknochen mit kleingehackten Speckschwarten langsam anbraten, Bratgemüse zugeben und mitbraten, mit Tomatenmark schmoren, mit wenig braunem Grundfond angießen, reduzieren und schmoren, mit wenig Weißwein und braunem Grundfond auffüllen, 3 bis 4 Stunden kochen, braune Mehlschwitze langsam damit verrühren, durchkochen lassen, passieren und entfetten.

Beilage für: Braune Kraftsoße ist eine Grundsoße, die in verschiedener Art zu sog. abgeleiteten Soßen (z. B. Burgundersoße) weiterverarbeitet wird. Sie wird jedoch mitunter auch anstelle von braunem Bratensaft (Jus) zu kurzgebratenen Schlachtfleischkomponenten gegeben.



Madeirasoße

Braune Kraftsoße kräftig mit Madeira abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Schlachtfleischkomponenten (z. B. Filetsteak), Fleischspießchen, Pökelzunge oder frische Rinder-, Schweins- oder Kalbszunge, gebratenen Fisch, Omeletts und gestürzte Eier, gedünsteten Chicorée, Geflügelleber.

Marksoße

Feine Zwiebelwürfel mit Pfefferkörnern und Rotwein aufkochen, mit brauner Grundsoße oder brauner Kraftsoße auffüllen, gut durchkochen, passieren, dünne Rindermarkscheiben oder Rindermarkwürfel und gehackte Petersilie dazugeben, mit Pfeffer abschmecken, gut durchziehen lassen.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Schlachtfleischkomponenten (Steak, Rostbraten, doppeltes Filetsteak oder Rumpsteak), Wildsteaks, gebratenes Wildgeflügel, Eier im Näpfchen, gestürzte Eier, Omeletts, gedünsteten Chicorée, überbackenen Blumenkohl.

Hinweis: Wird Marksoße zu Wildbretkomponenten gegeben, so ist für die Zubereitung brauner Wildfond mitzuverwenden.

Paprikasoße

Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen, mit edelsüßem Paprika und Mehl anstäuben, kurz anschwitzen, mit Brühe auffüllen, glattrühren, gut durchkochen, passieren, mit saurer Sahne und Zitronensaft vollenden.

Beilage für: Paprikaschnitzel, Paprikaklopse, Hackbraten aus Hackfleisch oder Fisch, verlorene Eier, gargezogenen Fisch, Huhn, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Hinweis: Es gibt mehrere Zubereitungsvarianten (z. B. das Anschwitzen der Zwiebeln mit magerem Speck oder das Auffüllen mit braunem Grundfond).

Pfeffersoße, braun (Teufelssoße)

Feingeschnittene Zwiebelwürfel (von Schalotten) mit Weißwein und Pfefferkörnern durchkochen, mit brauner Grundsoße oder Kraftsoße auffüllen, gut durchkochen, passieren.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch, Fisch oder Geflügel, gebratene Hackfleischzubereitungen, gestürzte Eier, geschmorte Komponenten aus Schweinefleisch, Kaninchen oder Geflügel.

Pilzsoße

Dunkle Grundsoße oder Kraftsoße mit feinen Scheiben oder Streifen von geputzten und gut gewaschenen Pilzen vermengen, durchkochen.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Schlachtfleischkomponenten, Kochklopse, gebratene Hackfleischzubereitungen, verlorene Eier, gedünsteten Chicorée oder Porree.

Hinweis: Die Soße kann noch mit gehackter Petersilie vermengt werden.

Polnische Soße

Feingeschnittenes Suppengemüse mit Zwiebelwürfeln leicht anschwitzen, Tomatenmark zugeben und schmoren, leicht mit Mehl anstäuben, mit Brühe auffüllen, glattrühren, aufkochen, geriebenen oder zerbröselten Soßenkuchen und dunkles Bier oder Rotwein zugeben, gut durchkochen und glattrühren. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und einer Prise Zucker abschmecken.

Beilage für: Karpfen oder andere gargezogene Fischkomponenten.

Hinweis: Es sind weitere Zubereitungsvarianten für polnische Soße verbreitet.

Rahmsoße

Siehe Sahnesoße.

Rotweinsoße

Braune Grundsoße oder Kraftsoße kräftig mit Rotwein abschmecken und gut durchziehen lassen.

Beilage für: gekochte Pökelzunge oder frische Kalbs-, Rinder- oder Schweinszunge, Kochklopse, Rinderbraten, Makkaroniaufläufe, geschmortes Herz, gebratenen oder gargezogenen Fisch, Fischragouts und Fischklopse, Kaninchenbraten, verschiedene braune Ragouts.

Schinkensoße

Braune Kraftsoße kräftig mit Madeira abschmecken, mit angebratenen Schinkenwürfeln vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch und Wild, gebratenes Wildgeflügel, Omeletts, verlorene Eier und gestürzte Eier, gebratene Kalbs- oder Geflügelleber, gedünsteten Chicorée, gebratene Hackfleischzubereitungen.

Sahnesoße I

Braune Grundsoße mit saurer Sahne verrühren, gut durchkochen, mit Zitronensaft und Pfeffer kräftig abschmecken.

Beilage für: Sahneschnitzel oder -kotelett, Kaninchenbraten oder Wildbraten, Hackbraten oder andere gebratene Hackfleischzubereitungen (Brisoletten, Bitki), gebratenen Fisch, Fischbratklopse, Rinderbraten oder Rindslende in Sahne.

Hinweis: Wird die Soße für Wildbraten, Kaninchenbraten u. dgl. gegeben, wird der durch das Braten entstandene Bratenfond für die Soße mitverwendet.

Sahnesoße (Rahmsoße) II

Braune Grundsoße mit Béchamelsoße verrühren, gut durchkochen, mit Sahne oder Kondensmilch vollenden, mit Zitronensaft und Pfeffer kräftig abschmecken.

Beilage für: wie Sahnesoße I.

Senf-Weißwein-Soße

Siehe Soße, pikant.

Soße, pikant (Senf-Weißwein-Soße)

Feingeschnittene Zwiebelwürfel anschwitzen, ohne Farbe nehmen zu lassen, mit Weißwein angießen, dünsten, mit brauner Grundsoße oder Kraftsoße auffüllen, durchkochen, mit Senf, Essig, Pfeffer und Salz pikant abschmecken.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Schweine- oder Hammelfleisch (Steaks, Schnitzel, Fleischspießchen), gebratenen Fisch, Wildsteaks, gebratene Hackfleischzubereitungen, gekochte Komponenten aus Schweinefleisch oder Rindfleisch.

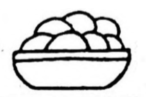
Teufelssoße

Siehe Pfeffersoße, braun.

Tomatensoße I

Magere Speckwürfel mit Zwiebelwürfeln oder dünnen Zwiebelscheiben goldgelb anschwitzen, mit Mehl anstäuben, leicht Farbe nehmen lassen, mit Tomatenmark verrühren, mit Brühe auffüllen, glattrühren, mit Salz, Pfeffer, Lorbeerblatt und wenig Rosmarin abschmecken, gut durchkochen, passieren.

Beilage für: Kochklopse, Schinken auf Makkaroni, Makkaroniauflauf, gedünsteten Fisch, Tomatenfleisch, Tomatenreis, gekochtes Rindfleisch, verlorene Eier oder gestürzte Eier.



Hinweis: 1. Die Zubereitung kann auch mit frischen Tomaten erfolgen (siehe auch Tomatensoße II).
2. Es ist auch üblich, die Soße leicht mit Knoblauch und einer Prise Zucker abzuschmecken.

Tomatensoße II

Zwiebelscheiben mit Schinkenspeckwürfeln goldgelb anschwitzen, in Stücke geschnittene, gut gesäuberte Tomaten dazugeben und gemeinsam dünsten, Lorbeerblatt mitdünsten, mit Mehl anstäuben, glattrühren und kurze Zeit anschwitzen, mit Brühe angießen, glattrühren, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen, gut durchkochen, passieren.

Beilage für: wie Tomatensoße I.

Tomatensahnesoße

Tomatensoße wie unter Tomatensoße I oder II angegeben zubereiten, mit Sahne oder Kondensmilch verrühren, mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Beilage für: wie Tomatensoße I, außerdem noch für gebratenen Fisch, gebackene Eier, gefüllte Gemüsepaprika, gedünstete oder geschmorte Geflügelkeule (Putenkeule, Hühnerkeule, Entenkeule).

Hinweis: Wird die Soße für Fisch verwendet, so ist sie mit Fischfond bzw. bei Geflügel mit Geflügelfond zuzubereiten.

Trüffelsoße

Braune Kalbsjus (Bratensaft) oder Kraftsoße mit Madeira, Trüffelsaft und Trüffelstückchen (Importkonserve aus Frankreich: Morceaux de truffes) ergänzen, gut durchziehen lassen, mit Butterflöckchen vollenden.

Beilage für: Gänseleber, Pasteten, Wildgeflügel (Fasan, Rebhuhn), Putenbrust, Krebse (Hummer, Languste).

Wildfond, braun

Wildknochen in walnußgroße Stücke zerhacken, mit Speckwürfeln oder Schinkenspeckwürfeln und kleingehackter Speckschwarte anbraten, Bratgemüse und Wacholderbeeren zufügen, gemeinsam schmoren, mit wenig Wasser angießen, reduzieren, schmoren, mit Wasser auffüllen, Lorbeerblatt zugeben und 3 bis 4 Stunden kochen, passieren und abfetten.

Hinweis: Brauner Wildfond ist keine Speisenkomponente, sondern ein Halbfabrikat, das zu verschiedenen Wildsoßen weiterverarbeitet wird.

Wildpfeffersoße

Feine Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen, mit Weißwein oder Weinessig angießen, Pfefferkörner zugeben, durchkochen, mit braunem Wildfond auffüllen, aufkochen, mit Mehl leicht binden, mit Pfeffer und Salz abschmecken, gut durchkochen, passieren und abfetten.

Beilage für: kurzgebratene oder gegrillte Komponenten aus Wildbret, geschmortes Wildbret einschließlich Wildgeflügel, Hackfleischzubereitungen aus Wildbret.

Beispiele für weiße (helle) warme Soßen

Béchamelsoße

Würfel von Schinkenspeck oder rohem Schinken mit Zwiebelwürfeln anschwitzen, ohne daß die Zwiebel Farbe nimmt, Mehl zugeben und ebenfalls so lange anschwitzen, bis es leicht gelb wird, mit Milch und Brühe angießen, glattrühren, gut durchkochen, passieren, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Hinweis: Béchamelsoße wird nur in Ausnahmefällen als Soße zu einer Komponente gegeben, sie ist eine sog. Grundsoße, die

weiterverarbeitet wird. Das kann durch Zugabe verschiedener Zutaten (z. B. Meerrettich, Kräuter) erfolgen, um abgeleitete Soßen zuzubereiten. Béchamelsoße kann jedoch auch als Bindemittel (z. B. bei der Zubereitung von Béchamelkartoffeln) oder zum Überziehen vor dem Überbacken (z. B. bei Blumenkohl) dienen.

Brotsoße, hell

Weißbrotkrume (zerkrümeltes Weißbrot ohne Rinde) mit kochender Milch übergießen und gut durchrühren, ganz feingeschnittene Zwiebelwürfel (Schalotten) dünsten und mit schaumig gerührter Butter zu dem Ansatz aus Milch und Brotkrume geben, mit Salz und Pfeffer würzen, glattrühren und aufkochen. Zuletzt mit etwas Sahne vollenden.

Beilage für: Wildgeflügel (Fasan, Schnepfe, Rebhuhn, Wachtel), Putenbrust oder anderes gedünstetes Putenfleisch, gedünstetes oder gekochtes Huhn, gedünsteten Fisch, Fisch- oder Geflügelpasteten.

Hinweis: 1. Man rechnet mit einem Verhältnis von einem Teil Brotkrume und drei Teilen Milch.
2. Die Soße kann auch ohne Milch nur mit Sahne hergestellt werden.

Champignonsoße, hell

Helle Grundsoße mit Champignonfond (Dünstfond von frischen Champignons oder die Brühe von konservierten Champignons) und in Scheiben geschnittenen Champignons verrühren, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gedünsteten Fisch oder Fischklopse, gedünstetes oder gekochtes Geflügel (Huhn, Pute), Geflügelklopse oder -pasteten, gedünstetes Kalbfleisch, Kalbsbries, Kalbshirn, frische Kalbs-, Rinder- oder Schweinezunge, Pökelzunge, verlorene Eier.

Hinweis: Bei der Zubereitung der Champignons ist von der für die jeweilige Speisenkomponente zutreffenden weißen Grundsoße auszugehen (also für Fisch von weißer Fischgrundsoße, bei Geflügel von weißer Geflügelgrundsoße usw.).

Currysoße

Feingeschnittene Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen, Currypulver anstäuben, kurze Zeit mit anschwitzen, nach und nach mit heller Grundsoße auffüllen, verrühren, durchkochen, mit wenig Apfelmus, Zitronensaft und Salz pikant abschmecken, passieren.

Beilage für: gekochtes oder gedünstetes Geflügel (Curryhuhn, Hühnerbrust, Hühnerkeule, Putenkeulen), gedünsteten oder gargezogenen Fisch, Kochklopse aus Schlachtfleisch, Geflügel oder Fisch, gekochte oder verlorene Eier.
Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, anstelle des Apfelmuses Apfelwürfel zu verwenden, die in der Soße mitgekocht werden.

Deutsche Soße

Siehe Samtsoße.

Dillsoße

Helle Grundsoße leicht mit Weißwein oder Zitronensaft würzen, viel feingeschnittenen Dill untermengen und mit Salz abschmecken.

Beilage für: gedünsteten oder gekochten Fisch, gedünstetes oder gekochtes Geflügel, verlorene oder gekochte Eier, Kochklopse aus Fisch, Geflügel oder Hackfleisch.

Hinweis: 1. Dillsoße wird auch als Bindemittel für die sog. Dillkartoffeln (eine Soßenkartoffel aus in Scheiben geschnittenen Pellkartoffeln, mit Dillsoße vermengt) verwendet.



2. Es ist von der für die Speisenkomponente, zu der die Dillsoße gegeben werden soll, zutreffenden Grundsoße auszugehen (z. B. für Fischkomponenten ist von der weißen Fischgrundsoße auszugehen).

Eiersoße

Siehe Warme Buttermischungen – Eierbutter.

Fischgrundsoße, hell

Feingeschnittene Zwiebelwürfel anschwitzen, mit Mehl anstäuben, hellgelb schwitzen, mit heißer Fischbrühe nach und nach angießen und glattrühren, etwa 15 Minuten durchkochen. Mit Salz, Pfeffer und wenig Zitronensaft abschmecken, passieren.

Hinweis: Helle Fischgrundsoße dient als Grundlage für die Herstellung sog. abgeleiteter Soßen, indem ihr verschiedene Zutaten zugefügt werden.

Frikasseesoße

In Bratmargarine feingeschnittene Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen, mit Mehl anstäuben und dieses hellgelb anschwitzen, mit Brühe nach und nach angießen und glattrühren, etwa 10 Minuten durchkochen lassen, passieren, mit Salz und Zitronensaft abschmecken, mit Weißwein und Eigelb legieren, nicht mehr aufkochen.

Beilage für: Frikassee aus Eiern, Fisch, Geflügel oder Kalbfleisch, verlorene Eier, gedünsteten Fisch, Kochklopse aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch.

Hinweis: Für die Zubereitung der Frikasseesoße ist die für die Fisch-, Fleisch- oder andere Komponenten zutreffende Brühe (z. B. Fischbrühe) zu verwenden.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die Frikasseesoße nicht mit Weißwein zuzubereiten, sondern nur mit Zitronensaft zu säuern. Das ist vor allem für Schonkost üblich.

Geflügelgrundsoße (Geflügelvelouté)

Helle Mehlschwitze bereiten, mit kräftiger Geflügelbrühe nach und nach angießen und glattrühren, aufkochen, abschäumen, etwa 10 Minuten durchkochen, passieren.

Hinweis: Geflügelgrundsoße wird durch Zugabe weiterer Zutaten zu verschiedenen abgeleiteten Soßen weiterverarbeitet.

Geflügelrahmsoße (Sauce suprême)

Heiße Geflügelgrundsoße nach und nach mit ungesüßter Sahne verrühren und durchkochen.

Beilage für: gedünstetes oder gekochtes Geflügel, Geflügelklopse.

Grundsoße, hell (Veloutésoße)

Helle Mehlschwitze bereiten, langsam mit kalter Kalbsbrühe angießen und verrühren, aufkochen, abschäumen, etwa 10 Minuten durchkochen, passieren.

Hinweis: Helle Grundsoße wird durch Zugabe weiterer Zutaten zu verschiedenen abgeleiteten Soßen weiterverarbeitet.

Gurkensoße

Helle Grundsoße mit feingeschnittenen Würfeln oder Streifen von Delikateßgurken und etwas Gurkenbrühe verrühren, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken, mit Sahne oder Kondensmilch vollenden, aufkochen.

Beilage für: Kochklopse aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel, gekochte Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Geflügel (Ente, Klein), gekochte oder verlorene Eier, gebratenen Fisch.

Herings- oder Sardellensoße

Helle Soße mit gehackten Sardellen, Sardellenpaste oder gehacktem Salzhering verrühren, etwa 10 bis 15 Minuten durch-

ziehen lassen, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage für: Kochklopse aus Fisch oder Schlachtfleisch, gekochte oder verlorene Eier.

Hummersoße

Helle Fischgrundsoße mit Champignonfond und Hummerbutter verrühren, durchkochen lassen.

Beilage für: gedünstete oder gegrillte Komponenten aus Fisch oder Krebsen.

Kalbsgrundsoße (Kalbsveloutésoße, Velouté)

Helle Mehlschwitze mit kräftiger Kalbsbrühe nach und nach angießen und glattrühren, aufkochen, abschäumen, durchkochen und passieren.

Hinweis: Kalbsgrundsoße wird durch Zugabe weiterer Zutaten zu sog. abgeleiteten Soßen verarbeitet.

Käsesoße (Mornaysoße)

Béchamelsoße mit etwas Brühe verlängern, durchkochen, mit Eigelb und Sahne legieren, mit Reibekäse verrühren.

Hinweis: Käsesoße ist eine sog. Gratiniersoße, die dazu dient, andere Komponenten vor dem Überbacken zu überziehen.

Krebssoße

Helle Fischgrundsoße mit Champignonfond und Krebsbutter verrühren, gut durchkochen.

Beilage für: gargezogene oder gedünstete Komponenten aus Fisch (einschließlich Fischklopse), Krusteln, verlorene oder gekochte Eier.

Kreolische Soße (Salsa criolla) (Südamerika)

Feingeschnittene Zwiebelwürfel und Würfel oder dünne Streifen von grünem Gemüsepaprika in Öl mit etwas zerdrücktem Knoblauch anschwitzen, mit Chilli und reichlich edelsüßem Paprika anstäuben, kleingeschnittene Tomaten (abgezogen) dazugeben, mit Salz würzen, so lange durchkochen, bis eine gut gebundene Soße entstanden ist.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Komponenten aus Fisch, Geflügel, Schweine- oder Hammelfleisch, Wild, kurzgebratene Hackfleischkomponenten.

Meerrettichsoße

Heiße Béchamelsoße mit geriebenem Meerrettich nach Geschmack verrühren, mit Salz, Zucker und Zitronensaft abschmecken, nicht mehr aufkochen.

Beilage für: gekochte Komponenten aus Schweinefleisch (Schweinskopf, Schweinebauch, Kniebein, Dickbein), gekochtes Rindfleisch, Kochklopse aus Schlachtfleisch oder Fisch, gargezogenen Fisch.

Hinweis: Meerrettichsoße darf nicht lange stehen, da sonst der Meerrettichgeschmack nachläßt und sie sich verfärbt.

Mornaysoße

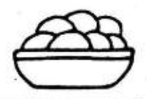
Siehe Käsesoße.

Petersiliesoße

Helle Grundsoße mit Salz, Zitronensaft und viel gehackter Petersilie abschmecken, durchziehen, aber nicht mehr aufkochen lassen.

Beilage für: gekochte oder gargezogene Komponenten aus Eiern, Fisch, Geflügel und Schlachtfleisch (einschließlich Kochklopse), gekochtes Geflügelklein.

Hinweis: 1. Man verwendet die für die betreffende Speisenkomponente passende helle Grundsoße (also für Fisch helle Fischgrundsoße) zur Zubereitung der Petersiliensoße.



2. Die Petersiliensoße kann auch noch mit etwas Sahne oder Kondensmilch vollendet werden.

Samtsoße (deutsche Soße, Sauce allemande)

Kalbsgrundsoße mit Champignonfond, Zitronensaft und Eigelb verrühren, unter ständigem Rühren bis zum Kochen erhitzen, nach und nach Sahne unterrühren und ziehen lassen, passieren.

Beilage für: gargezogene Komponenten aus Fisch und Krebsen (einschließlich Pasteten), gargezogene Komponenten aus Geflügel (Broiler, Huhn).

Hinweis: Samtsoße wird in erster Linie als helle Grundsoße weiterverarbeitet (z. B. zu Champignonsoße, Kräutersoße).

Sardellensoße

Siehe Herings- oder Sardellensoße.

Sauce allemande

Siehe Samtsoße.

Sauce suprême

Siehe Geflügelrahmsoße.

Schinkensoße, weiß

Samtsoße (siehe dort) mit Schinkenbrühe und Champignonfond verrühren, langsam einkochen (reduzieren), bis die Soße so dick ist, daß mit ihr nach dem Erkalten Fleisch-, Fisch- oder Geflügelstücke vor dem Backen in Fett eingehüllt werden können.

Schnittlauchsoße

Helle Grundsoße mit Salz und Pfeffer und einer Prise Zucker pikant abschmecken, mit viel feingeschnittenem Schnittlauch verrühren, mit Zitronensaft geschmacklich abrunden, durchziehen lassen, ohne aufzukochen.

Beilage für: gekochtes Rind-, Schweine- oder Hammelfleisch, gargezogenen Fisch, Kochklopse aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel, verlorene oder gekochte Eier.

Hinweis: Es wird die für die betreffende Speisenkomponente passende helle Grundsoße verwendet (also für Geflügelklopse Geflügelgrundsoße). Die Schittlauchsoße kann auch noch mit etwas Sahne oder Kondensmilch vollendet werden.

Speck-Zwiebel-Soße

Würfel von magerem Speck und feingeschnittene Zwiebelwürfel goldgelb anschwitzen, mit heller Grundsoße auffüllen, gut durchkochen.

Beilage für: gargezogenen Fisch, Kochklopse aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, gebratenen Fisch, gekochtes Rindfleisch, gekochte oder verlorene Eier, Hackbraten.

Hinweis: Es wird die für die betreffende Speisenkomponente passende helle Grundsoße verwendet (also für die Zubereitung von Speck-Zwiebel-Soße für Fischklopse die helle Fischgrundsoße).

Veloutésoße

Siehe Fischgrundsoße, hell.
Siehe Geflügelgrundsoße, hell.
Siehe Kalbsgrundsoße, hell.
Siehe Grundsoße, hell.

Weiße Schinkensoße

Siehe Schinkensoße, weiß.

Weißweinsoße

Helle Grundsoße erhitzen, mit Weißwein und Zitronensaft abschmecken und mit Eigelb legieren, durchziehen lassen, jedoch nicht aufkochen.

Beilage für: gargezogenen und gedünsteten Fisch, gargezogenes, gedünstetes oder ge-

kochtes Geflügel (Huhn), Kochklopse aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, gedünsteten Chicorée, Geflügelklein, Flecke (Kaldaunen).

Hinweis: 1. Es wird die für die betreffende Speisenkomponente passende Grundsoße verwendet (also für Fisch Fischgrundsoße).
2. Weißweinsoße kann auch ohne Eigelb zubereitet werden.

Zitronensoße

Béchamelsoße mit Eigelb und Sahne legieren, mit Salz, weißem Pfeffer und Zitronensaft kräftig abschmecken, nicht mehr aufkochen.

Beilage für: gargezogenen oder gedünsteten Fisch, Kochklopse aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, gedünstetes Geflügel, Blumenkohl, Spargel, gedünsteten Chicorée, gedünsteten Porree, gekochte oder verlorene Eier.

Zwiebelsoße, hell

Feingeschnittene Zwiebelwürfel anschwitzen, mit Mehl anstäuben, goldgelb anschwitzen, nach und nach mit Brühe angießen und glattrühren, 10 bis 15 Minuten durchkochen, passieren, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Beilage für: gekochtes Hammelfleisch, Schweinefleisch oder Rindfleisch, Kochklopse aus Geflügel, Fisch oder Schlachtfleisch, gekochte oder verlorene Eier.

Beispiele für aufgeschlagene (echte) warme Soßen

Béarner Soße

Holländische Soße mit Weißwein, Estragonessig, gehackten Kräutern und Fleischextrakt abschmecken.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Steaks oder Koteletts aus Rind-, Kalb-, Schweine- oder Hammelfleisch, gegrillten oder gebratenen Fisch, doppeltes Filet- und Rumpsteak (Chateaubriand, Entrecôte).

Hinweis: Eine Arbeitserleichterung beim Abschmecken stellt die industriell hergestellte sog. Sauce-Béarnaise-Reduktion dar.

Choronsoße

Holländische Soße mit Weißwein und angeschwitzten Würfeln von abgezogenen Tomaten vermengen, gut durchziehen lassen, nicht aufkochen.

Beilage für: gegrillte oder naturell gebratene Kalbs- oder Schweinesteaks und Koteletts, Kalbs- oder Schweinefleischspießchen, gedünstetes Kalb- oder Hühnerfleisch, gekochte oder verlorene Eier, gegrillten oder gebratenen Fisch.

Hinweis: Anstelle der angeschwitzten Tomatenwürfel kann auch Tomatenmark verwendet werden.

Holländische Soße

Feingeschnittene Zwiebelwürfel (Schalotten) mit Wein- oder Estragonessig, wenig Wasser und Pfefferkörnern durchkochen (etwa auf ein Drittel reduzieren), mit Eigelb bei milder Hitze langsam aufschlagen, bis die Soße beginnt dick zu werden, zerlassene und geklärte Butter tropfenweise einrühren, bis die Soße gut emulgiert ist, passieren.

Beilage für: gegrillte Steaks oder Koteletts, naturell gebratene Schnitzel, gebratenen Fisch, verlorene oder gekochte Eier, Spargel, Blumenkohl.

Hinweis: 1. Man rechnet ein Verhältnis von 6 Eigelb auf 0,5 kg Butter. Das ergibt eine Menge von etwa 10 Portionen.

2. Den Ansatz aus Zwiebelwürfeln, Essig, Wein und Pfefferkörnern bezeichnet man als Reduktion; diese kann auch vorrätig hergestellt werden.



3. Holländische Soße wird selten unmittelbar als Soße zu einer Komponente gegeben, sie ist vielmehr die Grundsoße für die anderen abgeleiteten echten Soßen.

4. Die Bezeichnung wird auch für eine helle mit Mehl gebundene Soße verwendet. Zur klaren Unterscheidung sollte man dann von einfacher holländischer Soße sprechen, besser ist jedoch die Bezeichnung Frikasseesoße, helle Grundsoße oder Zitronensoße (siehe dort).

5. Es ist auch üblich, helle Grundsoße und holländische Soße im Verhältnis 1 : 1 zu vermischen und mit Zitronensaft und Pfeffer abzuschmecken.

Kaviarsoße

Holländische Soße mit geschlagener, ungesüßter Sahne und rotem oder schwarzem Kaviar vermengen.

Beilage für: gedünsteten oder gebratenen Fisch (Seezunge), Zubereitungen aus Krebsen, verlorene Eier.

Hinweis: Die Kaviarsoße wird auch nach der Variante zubereitet, daß holländische Soße und helle Fischgrundsoße miteinander vermischt und dann der Kaviar zugegeben wird.

Maltasoße

Holländische Soße mit dem Saft und feinen Würfeln von Blutorangen vermengen.

Beilage für: gedünstetes oder in Folie zubereitetes Geflügel (Huhn, Broiler), gedünsteten Fisch (Seezungentaschen).

Hinweis: Maltasoße kann auch nur mit Orangensaft ohne Orangenwürfel zubereitet werden.

Mousselinesoße

Siehe Schaumsoße.

Schaumsoße (Mousselinesoße)

Holländische Soße mit geschlagener, ungesüßter Sahne vermengen, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage für: gedünsteten, gegrillten oder gebratenen Fisch, gedünstetes oder in Folie zubereitetes Geflügel.

Beispiele für warme Buttermischungen

Eierbutter

Zerlassene Butter mit gehacktem, hartgekochtem Ei, gehackter Petersilie und Zitronensaft verrühren und erhitzen.
Beilage für: gedünsteten oder gebratenen Fisch.

Hummerbutter

Getrocknete Panzer (Schalen) gekochter Hummer fein zerkleinern, mit Butter verrühren, in Wasser auskochen, passieren, erstarren lassen, die Butter vom Wasser abheben, aufkochen und weiterverarbeiten.

Hinweis: Hummerbutter ist keine Speisenkomponente, sondern ein Halbfabrikat, das zu Hummersoße, Hummersuppe u. dgl. weiterverarbeitet wird.

Krebsbutter

Zubereitung wie Hummerbutter, jedoch getrocknete Krebsschalen verwenden.

Hinweis: Verwendung wie Hummerbutter; außerdem kann man Krebsbutter auch dazu verwenden, daß beim Anrichten einige Tropfen auf eine helle Soße (z. B. beim Frikassee) gegeben werden, um einen Farbkontrast zu erzielen.

Nußbutter

Erhitzte und geklärte Butter mit Nußmus verrühren und gut durchziehen lassen.

Beilage für: gedünsteten oder gebratenen Fisch, gedünstetes Geflügel.

Hinweis: Die Bezeichnung Nußbutter wird mitunter auch für gebräunte (nußbraune) Butter verwendet.

Petersiliebutter

Erhitzte und geklärte Butter mit gehackter Petersilie und einigen Tropfen Worcestersauce vermengen, kurz durchziehen lassen.

Beilage für: gedünsteten, gegrillten oder gebratenen Fisch.

Semmelbutter

Erhitzte Butter mit Semmelbröseln verrühren und langsam durchziehen lassen, ohne stark zu bräunen.

Beilage für: wird über Blumenkohl, gedünsteten Chicorée, Porree, Mehl- oder Kartoffelklöße gegeben.

Hinweis: Kann auch noch mit gehackter Petersilie vermengt werden.

Senfbutter

Erhitzte und geklärte Butter mit Senf verrühren, kurz durchziehen lassen.

Beilage für: gedünsteten, gebratenen oder gegrillten Fisch, verlorene oder gebratene Eier.

Tomatenbutter

Erhitzte und geklärte Butter mit Tomatenmark verrühren, kurz durchziehen lassen.

Beilage für: gedünsteten, gebratenen oder gegrillten Fisch, verlorene, gekochte oder gebratene Eier, gegrilltes oder kurzgebratenes Kalbssteak, gedünstetes oder in Folie zubereitetes Geflügel.

Hinweis: Zur Herstellung von Tomatenbutter können noch zusätzlich feine Würfel von abgezogenen Tomaten und gehackte Petersilie verwendet werden.

Zitronenbutter

Erhitzte und geklärte Butter mit Zitronensaft und gehackter Petersilie vermengen, kurz durchziehen lassen.

Beilage für: gedünsteten, gebratenen oder gegrillten Fisch, kurzgebratene oder gegrillte Steaks aus Kalb- oder Schweinefleisch.

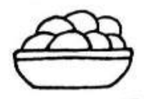
Zwiebelbutter

Butter erhitzen, feingeschnittene Zwiebelwürfel darin goldgelb anschwitzen.

Beilage für: gedünsteten, gargezogenen oder gebratenen Fisch, gegrilltes Hammelfleisch, Kartoffel-, Mehl- oder Semmelklöße.

Kalte Soßen

Kalte Soßen stellen eine große Gruppe sehr unterschiedlicher Komponenten dar. Eine so klare Einteilung wie bei den warmen Soßen ist kaum möglich. Es gibt eine große Gruppierung von Soßen, die sich aus der Mayonnaise ableiten, also *Soßen auf Mayonnaisebasis.* Daneben gibt es jedoch eine große Anzahl sehr unterschiedlicher Soßen, die nicht eindeutig zu gruppieren sind. Außerdem sind der Gruppe kalte Soßen auch *kalte Buttermischungen, Chutneys* und *Stippen* (Dip, Spread) zuzurechnen.
Für *Soßen auf Mayonnaisebasis* wird zunehmend Mayonnaise mit niedrigem Fettgehalt verwendet, bzw. die Mayonnaise wird stark gestreckt (z. B. mit Joghurt oder Quark), um sie leicht zu machen und den hohen Fettanteil zu reduzieren. Es werden auch mayonnaiseähnliche Zubereitungen auf Quarkbasis zubereitet (sog. Quarkmayonnaise).



Im folgenden Text wird gegliedert nach
kalten Soßen,
kalten Buttermischungen, Chutneys und dgl.
Eine ganze Anzahl kalter Soßen wird industriell hergestellt. Sie werden als sog. *Tafelsoßen* bezeichnet. Die bekanntesten von ihnen sind Chilli-Sauce, Pepper-Sauce, Picnic-Sauce, Tomatenketchup, Worcestersauce.
Auf diese Soßen wird nicht näher eingegangen, da sie nicht in den Küchen hergestellt, sondern bereits tafelfertig geliefert werden. Nach der grundsätzlichen Geschmacksnote lassen sich auch die kalten Soßen in würzige Soßen und süße Soßen einteilen. Die süßen Soßen sind jedoch in der Regel ausschließlich Süßspeisensoßen und werden in dem betreffenden Abschnitt behandelt (siehe Abschnitt 19. Süßspeisen).

Aioli (Frankreich)

Siehe Knoblauchmayonnaise.

Apfel-Meerrettich-Soße

Säuerliche Äpfel schälen, Kerngehäuse ausstechen, pürieren, mit geriebenem Meerrettich, etwas Sahne oder Kondensmilch, einer Prise Zucker, Essig, Öl, Salz und Pepper-Sauce gut verrühren.

Beilage für: kaltes gebratenes oder gekochtes Schweinefleisch, Schinken, Hammelrücken oder anderes kaltes Hammelfleisch, englisch gebratenes Roastbeef oder Rindslende, kalten Kasseler Rücken.

Hinweis: 1. Stehen keine frischen Äpfel zur Verfügung, kann auch Apfelmus verwendet werden.
2. Apfel-Meerrettich-Soße kann auch anstelle von Sahnemeerrettich zu Karpfen oder Forelle, blau, gegeben werden.

Bananensoße (Banana-Sauce) (Großbritannien)

Überreife, weiche Bananen schälen, mit Zitronensaft und Staubzucker zu einer glatten, dickflüssigen Soße verrühren. Dann etwas Salatöl darunterrühren und mit Salz und Currypowder abschmecken.

Beilage für: gebackenes Huhn, gebratenen oder gedünsteten Fisch, kaltes Fleisch.

Beefsteaksoße

Rote Rüben (roh) schälen, mit roher Zwiebel, Petersilie, Kerbel und Liebstöckl pürieren, mit Rotwein, Fleischextrakt und Zitronensaft verrühren, aufkochen, mit Salz abschmecken, erkalten lasen.

Beilage für: gegrillte oder kurzgebratene Steaks oder Koteletts aus Rindfleisch, Schweinefleisch und Hammelfleisch, gegrillten oder kurzgebratenen Fisch, Fleischspießchen.

Bulgarische Soße

Tomatenketchup mit Pritamin (Paprikamark), Mayonnaise, gedünsteten Selleriewürfeln und viel gehackter Petersilie vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: kalte Komponenten aus Schlachtfleisch, Fisch oder Geflügel, Pasteten, Aspikartikel, gekochte oder verlorene Eier.

Hinweis: Anstelle der Petersilie kann auch feingeschnittener Schnittlauch verwendet werden.

Champignonsoße, kalt (Langustenmayonnaise, Champignonmayonnaise)

Mayonnaise mit Streifen von Langustenfleisch und Scheiben von gedünsteten Champignons verrühren, mit Salz, Pfeffer und Weinbrand pikant abschmecken.

Beilage für: kalte Komponenten aus Fisch, Huhn, Broiler, Pute, Kalbfleisch, Schinken, Eier und Pasteten.

Hinweis: Champignonmayonnaise kann auch noch mit etwas ungesüßter Sahne oder Kondensmilch zubereitet werden.

Cumberlandsoße (Großbritannien)

Dünne Orangen- oder Zitronenschalen in dünne Streifen schneiden, mit Wasser überbrühen, abtropfen, in Rotwein weichkochen. Johannisbeergelee mit Senf und Rotwein verrühren, mit Orangen- oder Zitronensaft und Pfeffer abschmecken, die Streifen von Orangenschale oder Zitronenschale unterrühren.

Beilage für: kalte Komponenten aus gebratenem oder geschmortem Wildbret (Rehrücken, Hirschrücken, Wildgeflügel), kalten Schweinebraten, englisch gebratene Rindslende oder Roastbeef.

Hinweis: 1. Es dürfen nur Schalen von nicht chemisch behandelten Orangen oder Zitronen verwendet werden. Da diese kaum zur Verfügung stehen, sollte auf die Einlage verzichtet werden.
2. Eine Zubereitungsvariante besteht darin, unter die Soße noch geriebenen Meerrettich zu rühren.

Dill-Sahne-Soße

Saure Sahne mit Zitronensaft gut verrühren, feingeschnittenen Dill und ganz fein geschnittene Zwiebelwürfel untermengen, mit Salz abschmecken.

Beilage für: gebratenen oder gebackenen Fisch, kalte Komponenten aus Schweinefleisch, Rindfleisch oder Geflügel einschließlich Hackfleischzubereitungen, gekochte oder verlorene Eier, kalte Komponenten aus Fisch (z. B. Matjes- oder Delikateßhering, eingelegte Fischsticks).

Eiersoße, kalt

In Milch eingeweichte Semmel oder Weißbrot ausdrücken, mit grob gehacktem Eigelb von hartgekochten Eiern gut verrühren, durch ein Sieb streichen, mit Öl und Zitronensaft verrühren, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Zuletzt das gehackte Eiklar der hartgekochten Eier untermengen.

Beilage für: gebratene, gebackene oder gegrillte Komponenten aus Fisch oder Geflügel, kalte Komponenten aus Fisch, Hackfleischzubereitungen oder Rindfleisch, marinierten Blumenkohl, Spargel oder Chicorée.

Eiersoße, pikant

Hartgekochte Eier fein hacken, mit gehackten Kapern, Sardellen (oder Sardellenpaste), feingeschnittenem Dill, gehackter Petersilie, Senf, Weinessig, Öl und Salz zu einer dickflüssigen Soße verrühren.

Beilage für: kalte Komponenten aus Fisch (gebratenen, gebackenen oder marinierten Fisch), Eierzubereitungen, kalten Schweinebraten oder gekochtes Schweinefleisch, kalte Hackfleischzubereitungen (Bratklopse, Hackbraten), kalte Gemüsekomponenten (gedünsteten Chicorée, Blumenkohl).

Grüne Soße I

Gehackte Kräuter und feingehackte, hartgekochte Eier mit Kräuter- oder Weinessig und Öl zu einer dickflüssigen Soße verrühren, mit Pfeffer, Salz und einer Prise Zucker abschmecken.

Beilage für: kalte Komponenten aus gekochtem Rindfleisch oder Schweinefleisch, kalte Komponenten aus Geflügel oder Fisch, kalte Hackfleischzubereitungen (Bratklopse, Hackbraten).

Grüne Soße II

Salatmayonnaise mit saurer Sahne verrühren, reichlich mit gehackten Kräutern vermengen, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker pikant abschmecken.



Beilage für: wie Grüne Soße I.

Hinweis: Anstelle der sauren Sahne kann auch Joghurt verwendet werden. Es ist auch üblich, die Soße noch mit wenig Weißwein abzuschmecken.

Hagebuttensoße (Großbritannien)

Hagebutten von den Kernen befreien, gut waschen, um alle feinen Härchen im Inneren zu entfernen, abtropfen. Mit Rotwein (die Hagebutten sollen davon gerade bedeckt sein) weichkochen, passieren, mit einer Prise Zucker und Pfeffer abschmecken.

Beilage für: kalte Komponenten aus Wildbret (Wildbraten einschließlich Wildgeflügel), gegrillte Wildsteaks oder Spießchen.

Joghurtmayonnaise

Magermilchjoghurt und Mayonnaise (Verhältnis 2:1) zu einer dickflüssigen Salatsoße verrühren, mit Pfeffer, Salz, Weinessig und einer Prise Zucker abschmecken.

Beilage für: gebackenen oder gebratenen Fisch, kalte Komponenten aus gekochtem Rindfleisch, Schweinefleisch und Hackfleischzubereitungen, kalte Komponenten aus Fisch, verlorene oder gekochte Eier, kalte Komponenten aus Gemüse (gedünsteten Chicorée, Blumenkohl, Porree).

Kalte Langustensoße

Siehe Champignonsoße, kalt.

Käsesoße, kalt

Frischkäse mit Eigelb, Zitronensaft, Weißwein und geriebenem Meerrettich verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, mit etwas Sahne vollenden.

Beilage für: gebratene oder gekochte Komponenten aus Schweinefleisch oder Rindfleisch, kaltes Bratgeflügel, kalte Komponenten aus Fisch, gekochte Eier.

Hinweis: Sehr gut ist für die Herstellung dieser Soße auch bulgarischer Schafsmilchkäse geeignet.

Kaviarsoße

Mayonnaise mit saurer Sahne und Zitronensaft verrühren, Kaviar vorsichtig untermengen.

Beilage für: gebratene, gegrillte oder gedünstete Komponenten aus Edelfischen.

Knoblauchmayonnaise (Aioli)

Knoblauch zerreiben und in ein Gefäß mit aufgeschlagenen Eiern geben. Diesen Ansatz mit wenig Wasser und etwas Salz verrühren. Nach und nach Salatöl darunterrühren, bis eine Mayonnaise entsteht. Zuletzt mit Pfeffer abschmecken.

Hinweis: Wird in Frankreich vor allem zu rohem, zartem Gemüse oder zu gegartem, kaltem Gemüse verzehrt.

Knoblauchsoße

Joghurt gut verrühren, mit zerriebenem Knoblauch (bzw. Knoblauchsaft oder Knoblauchpulver), gehackten Walnüssen oder geriebenen Mandeln, Salz, Pepper-Sauce und einem Schuß Zitronensaft vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Hammelfleisch oder Schweinefleisch, gegrillten Fisch, kalte Komponenten aus Rindfleisch, Hammelfleisch und Schweinefleisch, kalte Komponenten aus Fisch (eingesäuerte Fischsticks, gebackenes Fischfilet).

Hinweis: Knoblauchsoße wird ferner zum Abschmecken verschiedener Feinkostsalate verwendet.

Kräuterjoghurtsoße

Eigelbe von hartgekochten Eiern durch ein Sieb streichen, mit Weinessig, Salz, Paprika und einer Prise Zucker sowie gehackten

Kräutern verrühren, mit Magermilchjoghurt ergänzen und zu einer sämigen Soße rühren.

Beilage für: Gurken-, Gemüsepaprika- und Blattsalate, gekochte Eier, kalte Komponenten aus gedünstetem, gebratenem oder gargezogenem Fisch, kalte Gemüsekomponenten (gedünsteten Chicorée, Blumenkohl, Porree).

Kräutermayonnaise

Salatmayonnaise reichlich mit gehackten Kräutern vermengen, mit Zitronensaft abschmecken.

Beilage für: kalte Komponenten aus Schweinefleisch und Rindfleisch oder Geflügel, kalte Komponenten aus gebratenem, gedünstetem oder gargezogenem Fisch, gekochte Eier, Aspikartikel (Sülzen, Sülzkotelett), kalte Gemüsekomponenten (gedünsteten Chicorée, Spargel).

Langustenmayonnaise (Langustensoße, kalt)

Siehe Champignonsoße, kalt.

Mayonnaise

Eigelb mit Salz gut verrühren, tropfenweise Öl zugeben und verrühren, bis eine dicke, sämige Soße entsteht, mit Salz, Senf, Pfeffer und Essig kräftig abschmecken.

Mayonnaise ist eine kalte Grundsoße. Aus ihr werden durch Zugabe weiterer Zutaten sog. abgeleitete Soßen zubereitet.

Hinweis: 1. Es ist darauf zu achten, daß Eigelb und Öl die gleiche Temperatur haben, da sonst nur schwer eine gute Bindung zu erreichen ist.
2. Mayonnaise wird nur noch in Ausnahmefällen in den Küchen hergestellt. Sie wird als Halbfabrikat mit unterschiedlichem Fettgehalt von der Lebensmittelindustrie bezogen.

Meerrettichmayonnaise

Salatmayonnaise mit Meerrettich und etwas Kondensmilch zu einer sämigen Soße verrühren, nach Bedarf mit Salz und einer Prise Zucker abschmecken.

Beilage für: kalte Komponenten aus Schweine- und Rindfleisch (einschließlich Hackfleischzubereitungen, wie Bratklopse, Hackbraten), kalte Komponenten aus gebratenem oder gargezogenem Fisch, gekochte Eier.

Meerrettich-Sahne-Soße

Sahne schlagen und mit geriebenem Meerrettich und Joghurt verrühren, mit Salz, Zitronensaft und einer Prise Zucker abschmecken.

Beilage für: wie Meerrettichmayonnaise.

Meerrettichsoße, kalt

Meerrettich mit Joghurt, Zucker, Salz und Essig zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: Karpfen oder Forelle, blau, kalte Komponenten aus Fisch oder Schlachtfleisch, gekochte Eier, kalte Komponenten aus Gemüse (z. B. gedünsteten Chicorée).

Meerrettich-Wein-Soße

Zitronensaft mit einer Prise Zucker verrühren, bis sich dieser aufgelöst hat, Mayonnaise, Senf, geriebenen Meerrettich, Madeira und nach Bedarf Salz dazugeben und alles zu einer gut gebundenen sämigen Soße verrühren.

Beilage für: gebratene oder gebackene Komponenten aus Fisch (einschließlich Fischsticks), kalte Komponenten aus Schweine- oder Rindfleisch (einschließlich Hackfleischzubereitungen), Aspikartikel (Sülzen aus Fisch, Geflügel, Schlacht-



fleisch), kalte Komponenten aus Fisch, gekochte Eier.

Hinweis: Anstelle Madeira wird auch Weißwein verwendet.

Mint-Sauce (Großbritannien)

Siehe Pfefferminzsoße.

Orangensoße

Orangenkonfitüre mit Weißwein und Zitronensaft zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: gebratene Wachteln, Schnepfen oder anderes kleines Wildgeflügel, kalte Komponenten aus Wildbret einschließlich Wildgeflügel.

Paprikasoße, kalt

Edelsüßen Paprika mit kräftigem Rotwein zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: gegrillte Steaks, Koteletts und Fleischspießchen aus Fisch, Geflügel, Schlachtfleisch oder Wild, Rostbraten, gebratenen Fisch, kalte Komponenten aus Rindfleisch (Roastbeef), Schweinefleisch (Schinken) oder Wildbret.

Pfefferminzsoße (Mint-Sauce)

Frische, gut gewaschene und abgetropfte Pfefferminzblätter mit einer heißen Zuckerlösung brühen, etwa 1 Stunde durchziehen lassen, abseihen, mit Zitronensaft verrühren, etwas einkochen lassen, abkühlen.

Beilage für: gekochtes oder gebratenes Hammelfleisch.

Preiselbeersoße

Preiselbeeren säubern und gut waschen, mit wenig Zucker und Rotwein dünsten, passieren und erkalten lassen.

Beilage für: gebratene Schnepfen, Wachteln oder anderes kleines Wildgeflügel, kalte Komponenten aus Wildbret einschließlich Wildgeflügel.

Hinweis: Preiselbeersoße kann auch aus Preiselbeerkompott hergestellt werden. Sehr gut geeignet ist dafür auch Moosbeerenwarenje (Import aus der UdSSR).

Remouladensoße

Feingeschnittene Delikateßgurkenwürfel, gehackte Kapern und gehackte Kräuter, gehackte Sardellen oder Sardellenpaste miteinander vermengen, etwas Weißwein, Pfeffer und Salz sowie Mayonnaise dazugeben und alles zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: gebratenen oder gebackenen Fisch (einschließlich Fischspießchen), kalte Komponenten aus Schweinefleisch oder Rindfleisch (einschließlich Hackfleischzubereitungen), Aspikartikel (Sülzen aus Schlachtfleisch, Fisch, Geflügel oder Gemüsen), gebratene oder gebackene kalte Fischkomponenten, verlorene oder gekochte Eier, kalte Gemüsekomponenten (gedünsteten Chicorée, Blumenkohl, Porree).

Sahnesoße, kalt

Saure Sahne mit Zitronensaft, weißem Pfeffer, Salz und einer Prise Zucker zu einer sämigen Soße aufschlagen.

Beilage für: gegrillte oder gebratene Komponenten aus Fisch (einschließlich Fischsticks), kalte Komponenten aus Gemüse (gedünsteten Chicorée, Porree, Blumenkohl), kalte Komponenten aus Fisch.

Senfsoße, kalt

Senf mit Öl, Weinessig, Salz, einer Prise Zucker und feingeschnittenem Schnittlauch zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: gebratene, gegrillte, gedünstete oder gargezogene Komponenten aus Fisch, gekochte oder verlorene Eier, kalte Komponenten aus Fisch.

Tatarensoße

Eigelbe von hartgekochten Eiern durch ein Sieb drücken, mit Senf, Öl, saurer Sahne, Weißwein, Salz und weißem Pfeffer zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: gebratene oder gegrillte Komponenten aus Fisch, kalte Komponenten aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, Aspikartikel (Sülzen aus Fisch, Geflügel, Gemüse oder Schlachtfleisch), kalte Komponenten aus Gemüse (gedünsteten Chicorée), Pasteten.

Tomaten-Chutney-Mayonnaise

Tomatenketchup mit Apfelmus (oder pürierten, geschälten, rohen Äpfeln), Currypulver, gehacktem Mangochutney und Mayonnaise zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Kalb- oder Schweinefleisch und Geflügel, kalte Komponenten aus Geflügel, Kalb- oder Schweinefleisch.

Tomatenmayonnaise

Salatmayonnaise mit Tomatenketchup oder Tomatenmark zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Fisch, Geflügel, Kalbfleisch und Schweinefleisch, gekochte oder verlorene Eier, kalte Komponenten aus Gemüse.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die Mayonnaise noch mit Joghurt zu verrühren. Es können ferner auch feingeschnittene Würfel von abgezogenen Tomaten als Einlage in die Soße gegeben werden.

Tomatensoße, kalt

Tomatenmark mit edelsüßem Paprika, Salz, Pfeffer und kräftigem Rotwein zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: wie Tomatenmayonnaise, außerdem auch für kalte Komponenten aus Wildbret einschließlich Wildgeflügel.

Tomatensoße, roh

Abgezogene Tomaten pürieren, mit saurer Sahne oder Joghurt, Öl, Pfeffer, Salz, edelsüßem Paprika und gehackten Kräutern zu einer sämigen Soße verrühren.

Beilage für: kalte Komponenten aus Schlachtfleisch (einschließlich Kasseler Rücken und Schinken), gargezogenen, gedünsteten oder gebratenen Fisch, gekochte oder verlorene Eier.

Hinweis: Es ist auch üblich, diese Soße noch mit etwas Mayonnaise zu versetzen.

Kalte Buttermischungen (Spreads) oder Chutneys

Apfelchutney

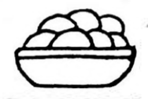
Geschälte, vom Kernhaus befreite, säuerliche Äpfel in ein gefettetes Gefäß geben, mit Öl bepinseln, mit Currypulver bestreuen, im Ofen backen, bis sie zerfallen, zerrühren, mit weißem Pfeffer, Essig, Salz, Senf, Tomatenmark, Muskat und Öl zu einer dicken Paste einkochen.

Beilage für: kalte Komponenten aus gedünstetem oder gebratenem Fisch, kalte Komponenten aus Schweinefleisch oder Wildbret.

Bananenchutney

Zubereitung wie Apfelchutney, jedoch Bananen verwenden.

Beilage für: kalte Komponenten aus Geflügel oder Wildbret (einschließlich Wildgeflügel)



Champignonchutney

Geputzte und gut gewaschene Champignons vierteln, salzen und etwa 12 Stunden stehenlassen, dann im eigenen Saft dünsten, pürieren, nochmals einkochen und mit edelsüßem Paprika, Kräuteressig, Salz und Currypulver abschmecken.

Beilage für: kalte Komponenten aus Geflügel, Fisch, Schlachtfleisch und Wild, Pasteten.

Chutney

Siehe Apfelchutney.
Siehe Bananenchutney.
Siehe Champignonchutney.
Siehe Dattelchutney.
Siehe Kürbischutney.
Siehe Orangenchutney.
Siehe Tomatenchutney.

Chutneybutter (Chutneyspread)

Butter schaumig rühren und mit Mangochutney, Salz und Sojasoße verrühren.

Beilage für: kalte Komponenten aus Geflügel oder Kalbfleisch.

Currybutter

Butter schaumig rühren und reichlich mit Curry-Powder verrühren, so daß die Butter einen kräftigen Currygeschmack erhält.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Geflügel, Hammel- oder Schweinefleisch.

Dattelchutney

Datteln in feine Würfel schneiden, mit etwas Wasser oder Weißwein dünsten, feingeschnittene Zwiebelwürfel, edelsüßen Paprika, Weinessig, Salz, Pfeffer und Ingwer zugeben, gemeinsam dünsten, pürieren.

Beilage für: kalte Komponenten aus Geflügel oder Wildbret (einschließlich Wildgeflügel).

Kaviarbutter

Eigelbe von hartgekochten Eiern durch ein Sieb drücken, mit weicher Butter gut verrühren, Kaviar untermengen.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Fisch (Seezunge, Lachs).

Kräuterbutter

Butter schaumig rühren, mit gehackten Kräutern, Worcestersauce, Zitronensaft und Fleischextrakt verrühren, zu Rollen formen, erstarren lassen, in Scheiben schneiden.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Hammelfleisch, Kalbfleisch, Schweinefleisch und Fisch.

Hinweis: Es ist auch üblich, die Zugabe von Fleischextrakt zu unterlassen.

Kürbischutney

Zubereitung wie Apfelchutney, jedoch anstelle von Äpfeln Kürbis verwenden.

Beilage für: wie Apfelchutney.

Meerrettichbutter

Butter schaumig rühren, mit geriebenem Meerrettich, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und ganz wenig Senf verrühren.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Fisch, Geflügel oder Schlachtfleisch, kalte Komponenten aus Fisch.

Nußbutter

Butter schaumig rühren, mit Nußmus, Zitronensaft und einem Spritzer Weinbrand verrühren.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Fisch oder Kalbfleisch.

Orangenchutney

Orangen und Äpfel (Verhältnis einen Teil Äpfel und zwei Teile Orangen) schälen, in Würfel schneiden, mit Essig, Zucker, Ing-

wer, Rosinen, Muskat, Orangenmarmelade und Weißwein verrühren.

Beilage für: gegrillte Wildkomponenten, kalte Wildkomponenten.

Paprikabutter

Butter schaumig rühren, mit edelsüßem Paprika, Pepper-Sauce, Salz und einer Prise Zucker verrühren.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Kalbfleisch oder Schweinefleisch.

Pfefferminzbutter

Butter schaumig rühren, mit gehackten, frischen Pfefferminzblättern, Worcestersauce, Salz und Pfeffer verrühren.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Hammel- oder Schweinefleisch.

Roquefortbutter

Butter schaumig rühren, mit durch ein Sieb gestrichenem Roquefort, Worcestersauce und Senf verrühren.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Fisch oder Schweinefleisch.

Sardellenbutter

Butter schaumig rühren, mit Sardellenpaste, Worcestersauce und weißem Pfeffer oder Pepper-Sauce verrühren.

Beilage für: gegrillten oder gebratenen Fisch, kurzgebratene Komponenten aus Rind- oder Schweinefleisch.

Hinweis: Sardellenbutter wird auch zum Abschmecken anderer Soßen verwendet.

Tomatenchutney

Abgezogene Tomaten in Würfel schneiden, mit Würfeln von geschälten Äpfeln und Zwiebelwürfeln sowie einer Prise Zucker und wenig Wasser zu Brei kochen, mit Salz, Delikateßpaprika, Piment und Essig abschmecken und durchkochen.

Beilage für: gegrillte Komponenten aus Fisch, Geflügel oder Kalbfleisch.



13. Kalte Speisen auf Eierbasis

13.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe kalte Speisen auf Eierbasis

Kalte Speisen auf Eierbasis bestehen aus einer kalten Komponente, in deren Zusammensetzung Hühnereier charakteristisch sind. Wird diese Komponente mit einer Salatbeilage und einer Sättigungsbeilage kombiniert, handelt es sich um ein *Eiergericht.* Kleinere Portionen eignen sich auch sehr gut als *Vorspeise.* Komponenten aus anderen Eiern (z. B. Wachteleiern) werden fast ausschließlich als Vorspeise zubereitet (siehe dort).
Bei der *Zubereitung* kalt zu verzehrender Speisen auf Eierbasis wird fast immer von hartgekochten oder verlorenen Eiern (siehe Abschnitt 4. Eiergerichte) ausgegangen. Sie werden unterschiedlich weiterverarbeitet und mit verschiedenen Zutaten kombiniert. Es entstehen dadurch Eierkomponenten mit sehr unterschiedlichem Geschmack und Aussehen, die gute Abwechslung in das Angebot kalter Speisen bringen können. Meist werden die kalten Komponenten auf Eierbasis mit verschiedenem Brot (Graubrot, Pumpernickel, Brötchen, Weißbrot, Toast) als *Sättigungsbeilage* ergänzt. Das Verwenden einer Sättigungsbeilage auf Kartoffelbasis ist seltener, jedoch durchaus möglich. Es empfiehlt sich, die Vollwertigkeit bei der Zusammenstellung eines kalten Gerichtes auf Eierbasis noch durch Zugabe eines Frischkostsalates oder durch eine reichliche Garnierung mit Frischkost zu ergänzen.
Fast alle kalten Speisenkomponenten auf Eierbasis sind verhältnismäßig einfach und mit wenig Zeitaufwand herzustellen. *Grundzubereitungen* sind gefüllte Eier, Eierschnittchen, Soßeneier (hartgekochte Eier mit einer würzigen kalten Soße, z. B. Remouladensoße, überzogen), Eiersalate und Eier auf einem Feinkostsalat. Innerhalb dieser Gruppe sind vielfältige Variationen möglich. Eier werden ebenfalls sehr häufig zu Salaten oder kalten Komponenten verwendet, in denen sie nicht die dominierende Rolle spielen. Derartige Komponenten werden im Abschnitt 18.3. Gemischte kalte Speisen oder in einem der anderen Abschnitte für kalte Speisen behandelt.
Kalte Speisen auf Eierbasis können einen sehr unterschiedlichen *Nährwert* haben. Das ergibt sich einmal aus den weiteren Zutaten, die für die kalte Speisenkomponente auf Eierbasis noch verwendet werden, aber auch aus den Sättigungs- und Salatbeilagen. Kalte Speisenkomponenten auf Eierbasis können somit auf verschiedene Verbrauchergruppen durch die unterschiedliche Zusammenstellung zugeschnitten werden. Viele von ihnen eignen sich auch unter Beachtung der für die einzelnen Gruppen geltenden Grundregeln

für Schonkost. Dadurch kann das Schonkostangebot abwechslungsreicher gestaltet werden (siehe auch Abschnitt 10. Schonkostgerichte und sonstige Gerichte).
Einige Beispiele für den unterschiedlichen *Energiegehalt* von kalten Speisen auf Eierbasis:[1]

1/2 Brötchen mit gekochtem Ei	585 kJ (140 kcal)
Eierschnittchen	630 kJ (150 kcal)
Eiersalat mit Schinkenstreifen und Sellerie, Graubrot	3245 kJ (775 kcal)
4/2 Eier auf Remouladensoße und Kartoffelsalat	3350 kJ (800 kcal)
4/2 Eier mit grüner Soße, Bratkartoffeln, gemischter Salat	3640 kJ (870 kcal)

Im folgenden Text werden die Beispiele für kalte Speisen auf Eierbasis untergliedert nach:

gefüllte Eier,
Eierschnittchen und Soßeneier,
Eiersalate und weitere Komponenten aus Eiern.

13.2. Beispiele für kalte Speisen auf Eierbasis

Gefüllte Eier

Champignoneier

Eier hartkochen, abschrecken, schälen, halbieren, Eigelb durch ein Sieb streichen, mit schaumig gerührter Butter, Mayonnaise, Zitronensaft, weißem Pfeffer, Salz und Champignonfond zu einer geschmeidigen Füllung verarbeiten. Anstelle des Eigelbs die Eihälften kuppelförmig damit füllen, mit Scheiben von gedünsteten und marinierten Champignons garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Toast), Kopfsalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Blumenkohlsalat.

Hinweis: 1. Das Füllen der Eier kann mit Hilfe eines Teelöffels oder durch Einspritzen mittels einer Spritztülle erfolgen. 2. Es ist auch üblich, Champignoneier noch leicht mit Aspik zu überglänzen.

Eier, gefüllt I (Grundzubereitung)

Eier hartkochen, abschrecken, schälen, halbieren, die Eigelbe durch ein Sieb streichen, mit Mayonnaise und schaumig gerührter Butter, Worcestersauce, weißem Pfeffer, Salz und Zitronensaft zu einer geschmeidigen Füllung verarbeiten. Die Füllung kuppelförmig anstelle des Eigelbs in die Eihälften anrichten. Das Runde der Eier unten glattschneiden, um ihnen einen besseren Stand zu geben, anrichten und garnieren.

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Selleriesalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, verschiedene Sorten von gefüllten Eiern (z. B. Champignoneier, Kaviareier u. a.) zu einer Platte zu kombinieren.

Eier, gefüllt II (Grundzubereitung)

Eier hartkochen, abschrecken, schälen, halbieren, das Eigelb durch ein Sieb streichen, mit saurer Sahne, Öl, Senf, Essig und Salz zu einer geschmeidigen Füllung verrühren, zuletzt feine Würfel von Delikateßgurken unter die Füllung mengen, diese anstelle der Eigelbe kuppelförmig in den Eierhälften anrichten.

Beilage: wie Eier, gefüllt I (Grundzubereitung).

Eier, gefüllt mit Kaviar

Eier hartkochen, abschrecken, schälen, halbieren, das Eigelb durch ein Sieb streichen, mit Mayonnaise, Salz, weißem Pfeffer und Zitronensaft zu einer geschmeidigen Füllung verrühren, diese anstelle des Eigelbs kuppelförmig in die Eierhälften anrichten und mit Kaviar (Keta-Kaviar, Primus-Kaviar, Malossol-Kaviar) garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Kaviarbrot, Toast), Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, den Kaviar bereits in die Füllung zu geben.

Eier, gefüllt mit Sardellen

Eier hartkochen, abschrecken, schälen, halbieren, die Eigelbe durch ein Sieb streichen, mit Mayonnaise, Pfeffer, Zitronensaft und Sardellenpaste zu einer geschmeidigen Füllung verarbeiten. Anstelle des Eigelbs die Eihälften kuppelförmig damit füllen, anrichten, mit Sardellenringen oder Sardellenfilets garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat.

Kaviareier I

Siehe Eier, gefüllt mit Kaviar.

Lachseier

Zubereitung wie gefüllte Eier (Grundzubereitung), zur Zubereitung der Füllung jedoch Lachspaste oder Lachsschnitzel verwenden, mit Lachsschnitzeln und Kapern garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Toast, Pumpernickel), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Chicoréesalat, Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Tomateneier I

Zubereitung wie gefüllte Eier (Grundzubereitung), zur Zubereitung der Füllung Tomatenketchup oder Tomatenmark verwenden, mit Tomatenachteln oder Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Blumenkohlsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Eierschnittchen und Soßeneier

Cha-yeh-tan (Asien)

Siehe Eier, in Teeblättern gekocht.

Chutney-Eier

Hartgekochte Eier abschrecken, schälen, halbieren, auf der Schnittfläche anrichten,

mit Tomaten-Chutney-Mayonnaise (siehe dort) überziehen, mit gehackten Nüssen bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen, Toast), Kopfsalat, Chicoréesalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Eier auf Fleischsalat

Hartgekochte Eier abschrecken, schälen, halbieren, mit der Schnittfläche nach oben auf Fleischsalat anrichten, mit Fächern von kleinen Delikateßgurken garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Es können die verschiedenartigsten Fleischsalate und auch Wurstsalate verwendet werden.
2. Es ist auch üblich, die Eier zu vierteln oder in Scheiben zu schneiden.
3. Die angerichtete Portion kann noch mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreut werden.

Eier auf Geflügelsalat

Zubereitung wie Eier auf Fleischsalat, jedoch Geflügelsalat verwenden, als Garnierung werden Tomatenscheiben oder -achtel verwendet.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Kaviarbrot, Toast), Kopfsalat, Chicoréesalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Garnierung kann auch mit Ananasstücken oder mit Orangen- bzw. Mandarinenfilets erfolgen.

Eier auf Gemüsesalat

Zubereitung wie Eier auf Fleischsalat, jedoch Gemüsesalat verwenden, Garnierung mit Delikateßgurke oder Tomatenscheiben, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Eier auf Heringssalat

Zubereitung wie Eier auf Fleischsalat, jedoch Heringssalat verwenden, mit Tupfen von Tomatenketchup und Scheiben von Delikateßgurken garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Roggenbrötchen, Pumpernickel, Brötchen), Bratkartoffeln, Tomatensalat, Chicoréesalat, Gemüsepaprikasalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Eier auf Tomatenschnittchen

Graubrotschnitte mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, halbieren oder in andere Form schneiden, mit Tomatenfisch (aus der Konserve, z. B. Hering oder Makrele in Tomate) belegen, reichlich mit Scheiben von hartgekochtem Ei abdecken, mit viel feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat, Gemüsepaprikasalat.

Hinweis: In gleicher Weise können Schnittchen mit Fisch in anderer Zubereitung (in Biersoße, in Paprikasoße, in Weinsoße u. a.) hergestellt werden.

Eier mit grüner Soße

Hartgekochte Eier abschrecken, schälen, halbieren, auf der Schnittfläche anrichten, mit grüner Soße (siehe dort) überziehen, mit Scheiben von Salatgurke oder Radieschen garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Bröt-



chen), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Schwenkkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Eier, in Teeblättern gekocht (Asien)

Eier kalt ansetzen, 20 Minuten kochen, etwas abkühlen lassen, rundum vorsichtig mit dem Löffel klopfen, bis die Schale von einem Netzwerk feiner Risse durchzogen ist, dann in eine Mischung aus Wasser, Sojasoße, Sternanis und Teeblättern geben und etwa 2 Stunden kochen, dabei Flüssigkeit nachfüllen. Etwa 8 Stunden in dieser Flüssigkeit stehenlassen, schälen, halbieren oder vierteln (das Eiklar muß marmoriert sein).

Beilage: verschiedene Brotsorten (Weißbrot, Brötchen, Toast), körniger Reis, Reissalat.

Eierschnittchen mit Lachs

Eier hartkochen, abschrecken, schälen, in dünne Scheiben schneiden, auf halbierte, mit Butter oder Delikateßmargarine bestrichene Graubrotschnitten anrichten, mit Lachsschnitzeln oder Streifen von Lachsersatz belegen, mit Kapern garnieren.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, rote Bete, Selleriesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Eierschnitte mit Sardelle

Graubrotschnitte mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, mit Scheiben von hartgekochten Eiern belegen, mit Sardellenfilets oder Sardellenringen ergänzen, mit Tomatenachteln, Gurkenscheiben und Kapern garnieren.

Beilage: Tomatensalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Krautsalat, rote Bete, Selleriesalat, gemischter Salat.

Frühlingsschnittchen

Halbierte oder in andere Form geschnittene Graubrotschnitten mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, mit Scheiben von hartgekochten Eiern dick belegen, reichlich mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen, mit Radieschenscheiben garnieren.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Radieschensalat.

Grüne Eier

Siehe Eier in grüner Soße.

Kaviareier II

Eier hartkochen, abschrecken, schälen, halbieren, anrichten, mit Joghurtmayonnaise überziehen, mit Keta- oder Primus-Kaviar garnieren, Zitronenachtel extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Roggenbrötchen, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Brötchen, Toast), Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Meerretticheier

Hartgekochte Eier abschrecken, schälen, halbieren, auf der Schnittfläche anrichten, mit Meerrettich-Wein-Soße (siehe dort) überziehen, mit Tomatenachteln und Tupfen von Tomatenketchup garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Roggenbrötchen), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Remouladeneier

Eier hartkochen, abschrecken, schälen, halbieren, auf der Schnittfläche anrichten, mit Remouladensoße (siehe dort) überziehen, mit Tomatenachteln garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, rote Bete, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Anrichtevariante besteht darin, die halbierten Eier mit der Schnittfläche nach oben auf Remouladensoße anzurichten und zu garnieren.

Sardelleneier

Eier hartkochen, abschrecken, schälen, halbieren, auf der Schnittfläche anrichten, mit Remouladensoße oder Kräutermayonnaise (siehe dort) überziehen, mit Sardellenfilets oder Sardellenringen garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Roggenbrötchen, Buttermilchbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, rote Bete, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, die halbierten Eier mit der Schnittfläche nach oben auf der Remouladensoße oder Kräutermayonnaise anzurichten und anstelle der Sardellenringe oder -filets Sardellenpaste zu verwenden, die als Rosette auf das Eigelb gespritzt wird.

Senfeier

Hartgekochte Eier abschrecken, schälen, halbieren, auf der Schnittfläche anrichten, mit kalter Senfsoße (siehe dort) überziehen, mit Mixed Pickles garnieren, reichlich mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Soleier

Eier in Salzwasser mit gewaschenen Zwiebelschalen (ergeben die Braunfärbung der Eierschale) hartkochen, abschrecken, Schale leicht anknicken, in eine kräftige Salzlake (125 g Salz auf 1 l Wasser) einlegen.

Hinweis: Soleier werden stückweise ungeschält angeboten. Sie sind ein kräftiger Imbiß zu Bier und werden vom Gast selbst geschält. Meist werden sie mit Senf verzehrt.

Tomateneier II

Hartgekochte Eier abschrecken, schälen, halbieren, auf der Schnittfläche anrichten, mit Tomatenmayonnaise (siehe dort) überziehen, mit gehackten Nüssen bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Roggenbrötchen, Buttermilchbrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Erdnußflips, Kopfsalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Blumenkohlsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Eiersalate und weitere Komponenten aus Eiern

Eierfilet, gefüllt, in Rotwein

Eierstich (siehe dort) mit Würfeln von gekochter Pökelzunge oder gekochtem Schinken herstellen, gut durchkühlen, in dicke Scheiben schneiden, anrichten, mit kalter Rotweinsoße (siehe dort) soßieren, mit Streifen von gedünstetem und mariniertem Sellerie garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Kaviarbrot, Toastbrot), Kopfsalat, Champignonsalat oder ein anderer Pilzsalat, Selleriesalat, Chicoréesalat.

Eierfilet, mariniert

Eierstich (siehe dort) zubereiten, erkalten lassen, in Würfel schneiden, vorsichtig in Dill-Sahne-Soße (siehe dort) schwenken,



anrichten, mit Schinkenstreifen und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Roggenbrötchen, Buttermilchbrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Erdnußflips, Kopfsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Eierfilet in Tomate

Eierstich (siehe dort) zubereiten, gut durchkühlen, in Scheiben schneiden, anrichten, mit Tomatenmayonnaise (siehe dort) überziehen, mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Toast, Buttermilchbrot), Bratkartoffeln, Teigwarensalate (Spaghetti-, Makkaroni- oder Hörnchensalat), Erdnußflips, Kopfsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Eierfilet mit Paprika

Eierstich (siehe dort) zubereiten, gut durchkühlen, in dicke Scheiben schneiden, anrichten, mit Kräutermayonnaise (siehe dort) überziehen und mit Streifen von mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Eiergelee, pikant

Siehe Tamago Dofu.

Eierplatte, gemischt

Zusammenstellung aus unterschiedlichen kalten Eierkomponenten, wie hartgekochte Eier mit verschiedenen Soßen überzogen, gefüllte Eier, Eiersalat, mit Frischkostsalat garniert.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Roggenbrötchen, Buttermilchbrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalate (Makkaroni-, Spaghetti- oder Hörnchensalat), Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es sind sehr unterschiedliche Kombinationen (auch mit Eierschnittchen) bei der Zusammenstellung von gemischten Eierplatten möglich.

Eiersalat mit Gurke und Radieschen

Scheiben von hartgekochten Eiern vorsichtig in einer Joghurtmayonnaise (siehe dort) mit geraspelten Radieschen und Salatgurke schwenken, kräftig mit Zitronensaft abschmecken, gut durchziehen lassen, beim Anrichten reichlich mit feingeschnittenem Schnittlauch oder gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Roggenbrötchen, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot, Toast), Bratkartoffeln, Erdnußflips, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Eiersalat mit Schinkenstreifen

Scheiben von hartgekochten Eiern mit Senfmayonnaise, die mit Essig und etwas Kondensmilch verdünnt ist, sowie Streifen von gekochtem Schinken vorsichtig durchschwenken, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen, mit Scheiben von Delikateßgurken garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Roggenbrötchen, Brötchen, Weißbrot, Toast), Kopfsalat, Tomatensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Anrichtevariante besteht darin, die Schinkenstreifen beim Anrichten über den Salat zu geben.

Eiersalat mit Sellerie

Scheiben von hartgekochten Eiern mit Kräutermayonnaise (siehe dort), die mit Weinessig oder Weißwein verlängert wurde, sowie Streifen oder Würfeln von gekochtem und mariniertem Sellerie vorsichtig vermengen. Gut durchziehen lassen, beim Anrichten reichlich mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Weißbrot, Toast), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Blumenkohlsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Paprikaeierfilet

Siehe Eierfilet mit Paprika.

Tamago Dofu (Japan)

6 Eier mit 1/2 l milder Fischbrühe, wenig Glutal und Salz gut verquirlen, in ein feuerfestes Gefäß geben und im Wasserbad zugedeckt pochieren. Das Eiergelee vorsichtig von den Wänden des Gargefäßes lösen und stürzen, in Portionsstücke schneiden und gut durchkühlen lassen. In Portionsschälchen anrichten und mit dünnen Zitronenscheibchen garnieren. Gesondert in Schälchen pikante Sojasoße reichen.

Hinweis: Pikante Sojasoße kann man herstellen, indem man Sojasoße mit dem gleichen Teil süßer Sake oder Sherry und der dreifachen Menge milder Fischbrühe verrührt. Als Einlage sind gegarte Flöckchen von getrocknetem Thunfisch üblich.

Verlorenes Ei auf Sellerie

Verlorenes Ei (siehe dort) zubereiten, abkühlen, mit Sulzmayonnaise oder Tomatensulzmayonnaise überziehen, auf rund ausgestochene, marinierte Selleriescheibe setzen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, Chicoréesalat, Tomatensalat.

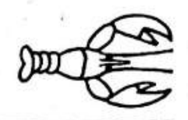
Hinweis: Verlorenes Ei auf Sellerie wird vor allem als Vorspeise verwendet.

Verlorenes Ei mit Tomate und Paprika

Verlorenes Ei (siehe dort) zubereiten, abkühlen lassen, rund ausstechen, anrichten, mit kalter Sahnensoße oder Senfsoße (siehe dort) überziehen, mit marinierten Gemüsepaprikastreifen und Würfeln oder Streifen von abgezogener Tomate garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Kaviarbrot, Toast), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Verlorenes Ei mit Tomate und Gemüsepaprika wird vor allem als Vorspeise verwendet.



14. Kalte Speisen auf Fischbasis und aus Krebsen und Weichtieren

14.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe kalte Speisen auf Fischbasis und aus Krebsen und Weichtieren

Kalte Speisen auf Fischbasis und aus Krebsen und Weichtieren bestehen aus einer kalten Komponente, in deren Zusammensetzung See- oder Süßwasserfische, Krebse und Weichtiere bzw. Produkte daraus charakteristisch sind. Wenn diese Komponenten mit einer Salat- und Sättigungsbeilage kombiniert werden, entsteht ein *kaltes Gericht.* Kleinere Portionen ergeben *kalte Vorspeisen* (siehe auch Abschnitt 1.2.6. Kalte Vorspeisen auf der Basis von Fischen, Krebsen und Weichtieren).
Durch die Unterschiedlichkeit der Ausgangsprodukte und die vielfältigen Verarbeitungsmöglichkeiten lassen sich sehr unterschiedliche kalte Speisen herstellen. Zunehmend wird die Zubereitung durch Halbfabrikate und tischfertige Erzeugnisse aus der Fischwirtschaft (z. B. Fischkonserven in verschiedenen Tunken, in Gemüse und auch verschiedenartige Räucherfische) erleichtert. Als *Sättigungsbeilage* wird fast ausschließlich Brot gegeben, sehr gut geeignet ist Graubrot. Für Zubereitungen (vor allem aus Hering) eignen sich auch Kartoffelbeilagen. Es empfiehlt sich, die Vollwertigkeit kalter Gerichte durch die Kombination mit verschiedenen Frischkostbeilagen zu erhöhen.
Zubereitungen dieser Gruppe lassen sich teilweise sehr einfach mit relativ geringem Zeitaufwand herstellen. Die aufwendigeren Zubereitungen, vor allem aus Hummer, Langusten, Austern oder aus Kaviar, sind fast ausschließlich Vorspeisen. Sie sind auch gut für Kalte Büfetts geeignet.
Eine Reihe von Speisenkomponenten aus Fisch können sowohl als warme wie als kalte Speisen gegeben werden (z. B. marinierter Hering mit Pellkartoffeln oder mit Brot). Sehr vielfältig sind die Zubereitungsmöglichkeiten als *Salat.* Im folgenden Abschnitt werden nur diejenigen behandelt, für die der Anteil an Fisch, Krebsen oder Weichtieren artbestimmend ist. Andere, in denen dieser Anteil nicht so stark in den Vordergrund tritt, werden im Abschnitt 18.3. Gemischte kalte Speisen behandelt.
Bei einigen kalten Komponenten können die verwendeten Fischprodukte bzw. Erzeugnisse aus Krebsen oder Weichtieren bei gleicher Gruppenbezeichnung unterschiedlich sein. Z. B. kann bei der Zubereitung von Kaviarbrötchen Primus-Kaviar, Keta-Kaviar, Malossol-Kaviar oder eine andere Kaviarsorte verwendet werden. Für Lachsschnittchen kann echter Räucherlachs oder Scheiben von Lachsersatz in Öl als Belag genommen werden.

Kalte Speisen auf Fischbasis und aus Krebsen und Weichtieren können einen sehr unterschiedlichen *Nährwert* haben. Das ergibt sich sowohl aus dem unterschiedlichen Nährwert des Ausgangsrohstoffes sowie der weiteren Zutaten als auch aus den verschiedenen Beilagen. Sie können deshalb dem Bedarf unterschiedlicher Verbrauchergruppen sehr gut angepaßt werden. In begrenztem Umfang sind kalte Komponenten aus Fisch unter Beachtung der Grundregeln für die einzelnen Kostformen auch für Schonkost anwendbar.
Einige Beispiele für den unterschiedlichen *Energiegehalt* von kalten Komponenten auf der Basis von Fisch oder Krebsen und Weichtieren zeigt folgende Aufstellung:[1]

Sildsardinen, garniert, mit Toast oder Brötchen	2090 kJ (500 kcal)
Pikante Fischsticks mit Remouladensoße, Graubrot, gemischter Salat	2340 kJ (560 kcal)
Zander, mariniert, mit Bratkartoffeln und Salat	3260 kJ (780 kcal)
Rollmops in Remouladensoße mit Bratkartoffeln	3430 kJ (820 kcal)
Marinierter Hering mit Graubrot und Salat	3640 kJ (870 kcal)

Im folgenden Text werden die Rezeptbeispiele für die kalten Komponenten untergliedert in

kalte Speisen auf Fischbasis,
(kalte Speisen auf Seefischbasis,
kalte Speisen auf der Basis von Süßwasserfischen),
kalte Speisen aus Krebsen und Weichtieren
(einschließlich Kaviar).

14.2. Kalte Speisen auf Fischbasis

Beispiele für kalte Speisen auf Seefischbasis

Bierfiletstulle

Graubrotschnitte mit Delikateßmargarine oder Butter bestreichen, mit Heringsfilet in Senftunke (Konserve) belegen, Senftunke mit etwas Joghurtmayonnaise verlängern und glattrühren, über den Fisch geben, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Kapern garnieren.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Krautsalat, rote Bete, Selleriesalat, gemischter Salat.

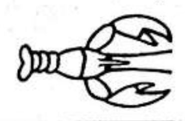
Hinweis: Nach der gleichen Grundzubereitung können Schnitten mit anderem Belag aus Fisch in Soße (Tomate, Sahne, Paprika, Kräuter) zusammengestellt werden. Es ist auch üblich, unterschiedlich belegte Fischschnitten zu einer Platte zusammenzustellen.

Brathering, garniert

Brathering (Präserve) aus der Marinade nehmen, gut abtropfen, anrichten, mit Zwiebelringen, Tomaten- und Eischeiben (von hartgekochtem Ei) garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Selleriesalat, Krautsalat, rote Bete, gemischter Salat.

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



Brathering (Eigenproduktion)

Grüne Heringe ausnehmen, säubern und gut waschen, salzen, mehlieren, knusprig braten, in Essigmarinade mit Zwiebelringen einlegen, einige Tage durchziehen lassen.

Beilage: wie Brathering, garniert.

Brathering, gefüllt

Heringsfilet mit einer Fischfarce oder Eierfarce bestreichen, mit zweitem Filet bedecken, mehlieren, von beiden Seiten knusprig braten, in Essigmarinade einlegen, gut durchziehen lassen, herausnehmen, abtropfen, anrichten, mit Meerrettichmayonnaise zur Hälfte überziehen, mit Tomatenscheiben garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Gurkensalat, Krautsalat, Selleriesalat, rote Bete, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Bratmakrele in Dill

Gesäuberte Makrele salzen, mehlieren, knusprig braten, in gekochte Essigmarinade (siehe dort) einlegen, gut durchziehen lassen, abtropfen, anrichten, mit Dill-Sahne-Soße überziehen, mit Tomatenscheiben oder Streifen von mariniertem, rotem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Bratmakrele in Gewürzaufguß steht auch als industriell hergestelltes Erzeugnis (Präserve) zur Verfügung und ist in gleicher Weise anzurichten. Die Verwendung der Präserve ist eine erhebliche Arbeitserleichterung.

Bückling, garniert

Bückling oder Räucherhering filetieren, anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Kapern belegen, mit Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Gurkensalat, Bohnensalat, Gemüsepaprikasalat, Krautsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Bücklingssalat

Filetierten Bückling zerpflücken, mit feingeschnittenen Delikateßgurken- und Zwiebelwürfeln, Würfeln von hartgekochtem Ei, Kapern, Kräutermayonnaise, Weinessig, Pfeffer und Salz vorsichtig vermengen, gut durchziehen lassen. Anrichten, mit Streifen von mariniertem Sellerie garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Krautsalat, rote Bete, gemischter Salat.

Bücklingsschnitte, bunt

Mit Delikateßmargarine oder Senfbutter bestrichene Graubrotscheiben mit Bücklingsfilet in Öl (Konserve) belegen, mit Streifen von mariniertem Gemüsepaprika belegen, mit gehacktem, hartgekochtem Ei und gehackter Petersilie bestreuen, mit Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Curryhering

Tafelhering anrichten, mit einer Soße aus Joghurtmayonnaise, Tomatenketchup, Currypulver und Apfelmus überziehen, mit Gurkenscheiben garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Fischbällchen in Tomate

Fischklopse (siehe dort) von etwa 50 g Masse zubereiten, erkalten lassen, anrichten, mit Tomatenketchup überziehen, mit gehacktem, hartgekochtem Ei und Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni-, Spaghettisalat), Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Fischbällchen mit Krabben (oder Garnelen)

Fischklopse (siehe dort) von etwa 50 g zubereiten, erkalten lassen, anrichten, mit Dill-Sahne-Soße (siehe dort) überziehen, mit gedünsteten Krabbenschwänzen garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Weißbrot, Toast), Bratkartoffeln, Teigwarensalate (Hörnchen-, Makkaroni-, Spaghettisalat), Reissalat, Kopfsalat, Chicoréesalat, Champignonsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Fischmedaillon

Kleine Stücke (etwa 50 g) von Fischfilet pochieren, auf gedünsteter, marinierter Sellerie- oder Apfelscheibe anrichten, mit Mayonnaisensoße (Kräutermayonnaise, Senfmayonnaise, Tomatenmayonnaise u. a.) überziehen, garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, Bohnensalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Man stellt drei verschieden überzogene Medaillons zu einer Portion zusammen.

Fischplatte, gemischt

Zusammenstellung verschiedener Fischkomponenten, wie Fischmedaillon, Fischsalat, Räucherfisch, Fischschnittchen u. a., mit Tomaten- und Gurkenscheiben garniert.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es sind sehr unterschiedliche Kombinationen bei Fischplatten möglich.

Fischsalat mit Ei und Orangen

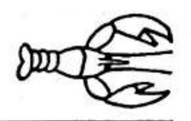
Thunmakrelenfilet (Konserve) oder anderen Konservenfisch zerpflücken, mit Würfeln von Kräuterheringsfilet, Delikateßgurke, Äpfeln und Orangen sowie Kräutermayonnaise, Pfeffer und Weinessig vorsichtig vermengen, gut durchziehen lassen, anrichten und mit Scheiben von hartgekochtem Ei garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Brötchen), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es sind sehr viele unterschiedliche Zubereitungsvarianten bei der Zusammenstellung von Fischsalat möglich.

Gewürzhering

Garfertigen grünen Hering in einer Essig-Zwiebel-Marinade garziehen, in der Marinade erkalten lassen, herausnehmen und



abtropfen, trocken anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Delikateßgurke garnieren, Remouladensoße extra geben.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Glasmeister-Hering (Norwegen)

Gewässerte Salzheringe filetieren, in 2···3 cm breite Streifen schneiden, mit geriebenem Meerrettich, Möhrenscheiben, Lorbeerblättern, Zwiebelwürfeln und Senfkörnern schichtweise in ein Gefäß geben, mit einer gekochten, aber erkalteten Marinade aus Essig, Wasser und etwas Zucker übergießen, 3 bis 4 Tage durchziehen lassen. Trocken anrichten, mit wenig Marinade beträufeln, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen, Brötchen), Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Selleriesalat, rote Bete, Krautsalat, gemischter Salat.

Hacksteak aus Rogen und Milch, mariniert

Fischrogen und Milch gut säubern, aus den Häuten entfernen, mit geriebenen, gekochten Kartoffeln, angeschwitzten Speck- und Zwiebelwürfeln, Salz, Pfeffer und zerquirltem Ei vermengen, Bratklopse formen, von beiden Seiten knusprig braten, in eine Essig-Zwiebel-Marinade einlegen, gut durchziehen, trocken anrichten, Tomaten-, Meerrettich- oder Senfmayonnaise extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel), Bratkartoffeln, Teigwarensalate (Hörnchen-, Makkaroni-, Spaghettisalat), Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hering in Aspik

Tafelheringsfilet zu einer Tasche zusammenklappen, mit kräftig sauer abgeschmecktem Aspik ausgießen, anziehen lassen, Garnitur aus Eischeibe und Delikateßgurke einlegen, mit Aspik angießen, Tafelhering darauf geben, mit Aspik auffüllen, erstarren lassen. Anrichten, zur Hälfte mit Remouladensoße überziehen.
Beilage: Graubrot, Brötchen, Bratkartoffeln, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, Selleriesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Hering in pikanter Soße

Gesäuberte und gewässerte Salzheringsfilets, mit Tomaten- und Gurkenscheiben belegt, anrichten, mit Kräutermayonnaise überziehen, mit Kapern und gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Roggenbrötchen), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Heringsfilet auf Paprikamayonnaise

Kräutermayonnaise mit Streifen von mariniertem Gemüsepaprika und edelsüßem Paprika verrühren, Delikateßhering darauf anrichten und mit Zwiebelringen garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Heringsfilet auf Selleriemayonnaise

Senfmayonnaise oder kalte Sahnesoße (siehe dort) mit Würfeln von mariniertem Sellerie vermengen. Delikateßhering darauf

anrichten, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln und gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: wie Heringsfilet auf Paprikamayonnaise.

Heringssalat (Grundzubereitung)

Gewässerte Salzheringsfilets in Würfel oder Streifen schneiden, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Würfeln von Delikateßgurke, säuerlichen Äpfeln, Essig, Pfeffer und etwas Öl vermengen, gut durchziehen lassen, mit Kräutermayonnaise vermengen, anrichten, reichlich mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen, mit Scheiben von hartgekochten Eiern und Kapern garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen, Brötchen), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Bohnensalat, Krautsalat, Selleriesalat, rote Bete, Mixed Pickles, gemischter Salat.

Hinweis: Es sind sehr unterschiedliche Zusammenstellungen (z. B. auch unter Verwendung von roten Rüben) für Heringssalat möglich.

Hering, sauer (Grundzubereitung)

Tafelhering (Präserve) abtropfen, trocken anrichten, mit Zwiebelringen belegen, mit gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen, mit Scheiben von Delikateßgurke umlegen.

Beilage: Graubrot, Brötchen, Weißbrot, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Bohnensalat, Mixed Pickles, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hering, sauer, mit Mayonnaise (Grundzubereitung)

Tafelhering in 3···4 cm große Stücke schneiden, trocken anrichten, mit Meerrettich-, Tomatenmayonnaise oder einer anderen Mayonnaisensoße überziehen, mit Gurken- oder Tomatenscheiben garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, rote Bete, Mixed Pickles, Krautsalat, gemischter Salat.

Heringsröllchen

Gesäuberte Salzheringsfilets wässern, abtropfen, zusammenrollen und mit Weinessig beträufeln, anrichten, mit einer Mayonnaisesoße (z. B. Joghurtmayonnaise, mit edelsüßem Paprika und Zitronensaft verrührt) überziehen, mit Kapern und Scheiben von hartgekochtem Ei garnieren, mit feingeschnittenem Schnittlauch oder gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: wie Hering, sauer, mit Mayonnaise.

Heringsstulle (Grundzubereitung)

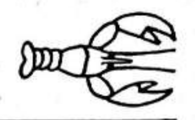
Graubrotschnitte mit Delikateßmargarine bestreichen, mit grob gehacktem Sauerkraut belegen, obenauf in 2···3 cm breite Streifen geschnittenen Tafelhering geben, mit Gurken- und Eischeibe garnieren.

Beilage: Heringsstulle ist ein Imbiß oder wird mit anderen Schnitten zu einer Platte kombiniert.

Kräutergabelbissen, garniert

Kräutergabelbissen (Präserve) anrichten, mit Zwiebelringen oder feingeschnittenen Zwiebelwürfeln garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit Scheiben von Delikateßgurke umlegen.

Beilage: Graubrot, Brötchen, Weißbrot, Bratkartoffeln,
Gemüsepaprikasalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Krautsalat, gemischter Salat.



Lachshering in Dillsahne

Lachsheringe filetieren und in 2···3 cm breite Streifen schneiden, mit einer Essigmarinade einlegen und gut durchziehen lassen, abtropfen, mit Dill-Sahne-Soße (siehe dort) überziehen, mit Scheiben von geschälter Zitrone belegen und mit Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Weißbrot, Toast), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Lachsmayonnaise

Siehe unter Kalte Speisen auf der Basis von Süßwasserfischen.

Makrele, mariniert

Garfertige Makrelen ohne Kopf in mild gesalzenem Wasser etwa 5 Minuten kochen und im Sud erkalten lassen, abtropfen, mit einem kalten, vorher gekochten Sud aus feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Essig, Senfkörnern, Salz, Pfeffer sowie Öl übergießen, einige Stunden durchziehen lassen. Trocken anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei, mariniertem Gemüsepaprika garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Roggenbrötchen, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Mixed Pickles, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Matjesröllchen mit Sahnemeerrettich

Matjesfilets rollen, mit Sahnemeerrettich füllen, auf gedünstete Apfelscheiben oder gedünstete, marinierte Sellerieschciben setzen, mit feingeschnittenem Dill oder feingehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen), Bratkartoffeln, Petersilienkartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Krautsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Meerrettichmakrele

Garfertige Makrele in etwa 5 cm große Stücke schneiden, in einem Sud aus Wasser, Essig, Lorbeerblatt, Pfefferkörnern und Senfkörnern garziehen, im Sud erkalten lassen, abtropfen, anrichten, mit Meerrettichsahne (geschlagene, ungesüßte Sahne mit Meerrettich, Zitronensaft, Salz und Zucker abgeschmeckt) überziehen, mit Tomatenscheiben garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Roggenbrötchen), Zwiebelbratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, rote Bete, Krautsalat, Mixed Pickles, gemischter Salat.

Ölsardinenschnittchen

Graubrotschnitte halbieren oder in andere Form schneiden, mit Ölsardinen belegen, mit gehacktem, hartgekochtem Ei und Tupfen von Tomatenketchup garnieren.

Hinweis: Ölsardinenschnittchen sind ein Imbiß oder werden mit anderen Schnittchen zu einer Platte kombiniert.

Paprikahering

Siehe Heringsfilet auf Paprikasoße (Paprikamayonnaise).

Paprikarollmops

Rollmops anrichten, mit Paprikasoße (Joghurtmayonnaise mit edelsüßem Paprika, Pritamin und Rotwein verrührt) überziehen, mit Scheiben von hartgekochtem Ei

garnieren, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen, Brötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Mixed Pickles, Krautsalat, gemischter Salat.

Räucherfischplatte

Verschiedene Arten von Räucherfisch in kleinen Portionen auf Holzbrett anrichten, mit Salatblättern und Tomatenscheiben garnieren, verschiedene Würztunken (Tomatenketchup, Meerrettichketchup oder Sahnemeerrettich, Chutney) extra geben.

Beilage: Graubrot, Roggenbrötchen, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Krautsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Räucherheilbutt, garniert

Geräucherten Heilbutt portionieren, anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei, Tomate und Delikateßgurke umlegen, Sahnemeerrettich extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen, Brötchen), Kartoffelsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, Kopfsalat, Bohnensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Räuchermakrele in Senfmarinade

Räuchermakrele filetieren, anrichten, mit kalter Senfsoße (siehe dort) überziehen, mit hartgekochten Eischeiben garnieren, mit Kapern und feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Roggenbrötchen, Brötchen), Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kartoffelsalat, Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, Bohnensalat, Mixed Pickles, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Rollmops, garniert

Rollmops (Präserve) auf Glasteller anrichten, mit marinierten Gemüsepaprikastreifen, Zwiebelringen und Eierkrem garnieren.

Beilage: Graubrot, Brötchen, Weißbrot, Bratkartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Krautsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Sahnefiletstulle

Wie Bierfiletstulle (siehe dort), jedoch Herings- oder Makrelenfilet in Sahne verwenden.

Beilage: Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

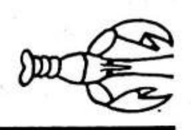
Seezungenfilet mit Meerrettichsahne

Seezungenfilet zusammenklappen, in wenig Fischfond dünsten und erkalten lassen, auf einen Sockel aus gedünsteter Apfelscheibe und ausgestochener Eierstichscheibe setzen, mit Meerrettichsahne überziehen, mit Streifen von mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen, Toast), Kopfsalat, Chicoréesalat, Blumenkohlsalat, Spargelsalat, Champignonsalat.

Seezungenschnitte mit Spargel

Seezungenfilets mit Zitronensaft beträufeln, zur Hälfte mit Champignonköpfen belegen, zusammenklappen, in gefettetes, flaches Gefäß einsetzen, mit wenig Fischfond angießen, dünsten, erkalten lassen, abtropfen, kleine Garnierung auflegen, mit Fischaspik (Dünstfond mit Weißwein und Aspik ver-



arbeitet) überziehen, erstarren lassen, auf Gemüsesalat anrichten, mit gedünstetem Spargel garnieren. Tomatenmayonnaise (siehe dort) extra geben.

Beilage: Toast, Brötchen, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Salatteller.

Hinweis: Ist auch sehr gut als Vorspeise geeignet.

Senfrollmops

Joghurtmayonnaise kräftig mit Senf abschmecken, mit gehackten Kapern und etwas Weißwein abschmecken, Rollmops anrichten, mit dieser Senfmayonnaise überziehen, reichlich mit gehackter Petersilie bestreuen, mit Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Mixed Pickles, Krautsalat, gemischter Salat.

Sild in Öl, garniert

Sild in Öl vorsichtig aus der Dose nehmen, auf Glasteller anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Delikateßgurke garnieren, Zitronenspalte extra.

Beilage: Graubrot, Brötchen, Weißbrot, Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat.

Tomatenfiletstulle

Wie Bierfiletstulle, jedoch Hering oder Makrele in Tomate verwenden.

Beilage: Bohnensalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Blumenkohlsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Zwiebelhering

Filets von grünen Heringen mit Zwiebelscheiben, Senfkörnern und Lorbeerblatt in Essigmarinade garziehen, im Sud erkalten lassen, abtropfen, trocken anrichten, die Zwiebelscheiben aus dem Sud über das Filet geben, mit saurer Sahne überziehen, mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Dill bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Kopfsalat, Krautsalat, rote Bete, Selleriesalat, gemischter Salat.

Beispiele für kalte Speisen auf der Basis von Süßwasserfischen

Aalgalantine

Frischen Aal abziehen, vom Rücken her ausnehmen, Gräte entfernen, auf ein Tuch legen, ausbreiten, vorsichtig klopfen, pfeffern, salzen, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit Fischfarce (mit Champignons und Oliven) bestreichen, zusammenrollen, in gefettete Folie einwickeln, mit Faden umschnüren, im Fischfond garziehen, leicht gepreßt im Fond erkalten lassen, Faden und Folie entfernen, in Scheiben schneiden, mit Fischaspik überglänzen. Gefällig anrichten, mit Tomatenscheiben oder Streifen von mariniertem Gemüsepaprika und Scheiben von hartgekochtem Ei garnieren, Kräutermayonnaise, Dill-Sahne-Soße oder Kaviarsoße extra.

Beilage: Graubrot, Kaviarbrot, Toast, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Champignonsalat, Chicoréesalat, Spargelsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es sind unterschiedliche Füllungen für die Aalgalantine verbreitet.

Aal, geräuchert

Siehe Räucheraal.

Aal, mariniert

Grünen Aal entschleimen, entbluten lassen im Entblutungsbad, salzen, mehlieren, in Fett knusprig backen, in eine gekochte, aber erkaltete Marinade aus Essig, Lorbeerblatt, Piment, Pepper-Sauce, Thymian, Salz und

wenig Zucker einlegen, gut durchziehen lassen. Abtropfen, trocken anrichten, mit Tomaten- und Gurkenscheiben garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen, Zitronenspalte extra.

Beilage: Graubrot, Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Forelle, gefüllt (Grundzubereitung)

Mittelgroße Forellen vom Rücken her ausnehmen, waschen, gut abtropfen, salzen, pfeffern, Rückenöffnung mit einem in Folie gehüllten Kartoffelstück ausfüllen, in Fischfond (mit Weißwein) garziehen. Die Forelle im Fond erkalten lassen, abtropfen, Kartoffelstück entfernen, Forelle mit Gemüsesalat füllen, mit Eischeiben und Tomatenscheiben garnieren. Kaviarsoße oder Dill-Sahne-Soße oder Kräutermayonnaise extra.

Beilage: Graubrot mit Butter, Weißbrot, Toast, Petersiliekartoffeln, Teigwarensalat (Hörnchen-, Spaghetti- oder Makkaronisalat), Reissalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat.

Hinweis: 1. Es sind sehr unterschiedliche Füllungen (z. B. mit Eiersalat, Krabbensalat) möglich.
2. Es ist auch üblich, die Forelle nach dem Garnieren noch mit Aspik zu überglänzen.

Forelle, geräuchert

Siehe Räucherforelle.

Forelle in Aspik

Forelle blau kochen und erkalten lassen. Ovale Form mit Aspik ausgießen, erstarren lassen, Garnierung auflegen (z. B. Blume aus Eischeibe, Tomate, Gemüse), mit Aspik übergießen, erstarren lassen, Forelle auflegen, mit Weinaspik auffüllen, erstarren lassen. Stürzen, anrichten, mit Kopfsalat, Zitronenspalten und Tomatenscheiben garnieren. Remouladensoße oder Kräutermayonnaise extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Toast), Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Spargelsalat, Champignonsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es handelt sich im vorstehenden Rezept um eine Grundzubereitung. Sie ist sowohl bei der Zubereitung der Forelle in Aspik als auch bei den kalten Soßen üblich.

Forellenfilet auf Reissalat

Geräuchertes Forellenfilet auf Reissalat (mit marinierten Gemüsepaprikastreifen) anrichten, mit pikanter Tomatensoße (Joghurtmayonnaise, Tomatenketchup, Pepper-Sauce, Weinbrand) zur Hälfte soßieren, mit Olivenscheiben garnieren.

Beilage: Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Blumenkohlsalat, Spargelsalat, Champignonsalat, Selleriesalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Anstelle der Oliven können als Garnierung auch marinierte Champignons oder Scheiben von hartgekochtem Ei und Kapern verwendet werden.

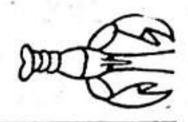
Galantine vom Aal

Siehe Aalgalantine.

Hechtfilet auf Kräutermayonnaise

Hecht filetieren und in Portionsstücke schneiden, in Fischfond mit Weißwein dünsten, im Fond erkalten lassen, abtropfen, trocken anrichten, mit Kräutermayonnaise überziehen, mit Kapern und Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Chicoréesalat, Gurkensalat,



Tomatensalat, Champignonsalat, Spargelsalat, Rosenkohlsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Hechtfilet kann auch auf anderen Soßen angerichtet bzw. mit anderen kalten Soßen überzogen werden (Dill-Sahne-Soße, Kaviarsoße, Tomaten-Chutney-Soße u. a.).

Hecht in Joghurtmayonnaise

Garfertigen Hecht portionieren, im Fischfond garen, enthäuten und entgräten, zerpflücken, mit erkalteter, gekochter Essigmarinade übergießen, gut durchziehen lassen, abtropfen, in mit Weißwein oder Apfelwein verlängerter Joghurtmayonnaise vorsichtig schwenken, anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Tomatenscheiben garnieren, mit gehackter Petersilie reichlich bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Weißbrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Blumenkohlsalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es sind auch andere Kombinationen bei dieser Zubereitung, die vom Prinzip her ein Salat ist, möglich.

Hechtklößchen in Dill-Sahne-Soße

Hechtklößchen (siehe dort) zubereiten, im Fond erkalten lassen, gut abtropfen, trocken anrichten, mit Dill-Sahne-Soße (siehe dort) überziehen, mit Tomatenachteln garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Tomatensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Karpfen, garniert

Räucherkarpfen portionsweise anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei, Delikateßgurke, Zitronenachteln und Tomatenscheiben garnieren. Sahnemeerrettich extra.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Roggenbrötchen, Bohnensalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Karpfen, geröstet

Garfertigen, portionierten Karpfen mit Öl leicht bepinseln, auf dem Rost garen, in eine erkaltete, gekochte Marinade aus Wasser, Essig, Salz, Schalotten oder feinen Zwiebelwürfeln, Pfefferkörnern, Wacholderbeeren und Lorbeerblatt einlegen, ein bis zwei Tage in dieser Marinade durchziehen lassen. Abtropfen, trocken anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Tomatenachteln garnieren, mit gehackter Petersilie reichlich bestreuen. Kalte Tomatensoße (siehe dort) extra.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Roggenbrötchen, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Krautsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Karpfen in Aspik

Karpfen garfertig vorbereiten und filetieren, Filet portionieren, in Fischfond garziehen und darin erkalten lassen, gut abtropfen. Aus dem Fischfond Weinaspik herstellen, den Karpfen mit Eischeiben und Gemüsen garnieren (Dekor auflegen), mit dem Weinaspik überziehen, erstarren lassen, anrichten, mit Tomaten- und Eischeiben garnieren. Kräuter- oder Meerrettichmayonnaise extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni-, Spaghettisalat), Reissalat, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Champignonsalat, Spargelsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Karpfen in Sahne

Garfertigen und portionierten Karpfen in einem Sud aus Fischfond, Weißwein, Petersiliestengeln und Estragon garen. Aus dem Dünstfond Sahnesoße herstellen und erkaltet über den angerichteten Karpfen geben, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit Tomatenspalten oder mariniertem, rotem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen, Brötchen), Bratkartoffeln, Bohnensalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Mixed Pickles, gemischter Salat.

Karpfensalat

Garfertigen und portionierten Karpfen dünsten oder dämpfen, erkalten lassen, entgräten und zerpflücken, mit Meerrettichmayonnaise und etwas Apfelmus durchschwenken, mit Zitronensaft, Weinessig und einer Prise Zucker abschmecken, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit Scheiben von hartgekochtem Ei, Delikateßgurke und Tomate garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Krautsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Lachsbrötchen

Brötchen mit Delikateßmargarine oder Butter bestreichen, mit einer Scheibe Lachsersatz belegen, mit Eischeiben und Kapern garnieren.

Hinweis: 1. Lachsbrötchen ergeben kein Gericht, sondern sind entweder ein Imbiß oder werden mit anderen belegten Brötchen zu einer Platte zusammengestellt.
2. Anstelle von Brötchen ist auch sehr gut Graubrot für diese Zubereitung geeignet (Lachsschnittchen oder Lachsstulle).

Lachsmayonnaise

Gekochten Lachs (Konserve, Import aus der UdSSR) abtropfen, enthäuten und Gräten entfernen, auf Senfmayonnaise anrichten, mit Senfmayonnaise überziehen, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Delikateßgurke garnieren, mit feingeschnittenem Schnittlauch oder gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Spargelsalat, Champignonsalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: In gleicher Weise kann Lachs mit anderen kalten Soßen (z. B. Meerrettichmayonnaise, Tomatenmayonnaise) zubereitet werden.

Lachs mit Tatarensoße

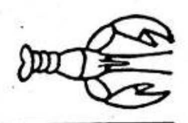
Gekochten Lachs (Konserve, Import aus der UdSSR) abtropfen, enthäuten und entgräten, gefällig anrichten, mit Eischeiben und Kapern garnieren, Tatarensoße (siehe dort) extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Weißbrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat), Kopfsalat, Blumenkohlsalat, Champignonsalat, Rosenkohlsalat, Spargelsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Marinierter Barsch (Saramura de Biban)

Barsch säubern und garfertig vorbereiten, mit Salz und Pfeffer würzen. In eine Marinade aus Salzwasser und scharfen Gemüsepaprika einlegen und gut durchziehen lassen. Wird mit dickem Maisbrei (Mamaliga) serviert.

Beilage: anstatt Maisbrei auch Weißbrot möglich.



Marinierter Karpfen, rumänisch (Plachie de Carp)

Gesäuberten Karpfen portionieren, mit Salz und Paprika würzen und mehlieren. In Öl von beiden Seiten anbraten. Reichlich Zwiebelscheiben in Öl goldgelb anschwitzen, mit Tomatenmark, Weißwein, Pfeffer, Lorbeer, Salz und Zitronensaft zu einer Marinade verlängern. Diese über den Karpfen geben und ihn in der Bratröhre gar dünsten. Erkalten lassen und anrichten.

Beilage: Weißbrot, dicker Maisbrei.
Hinweis: Meist wird Zitronensaft noch zusätzlich serviert.

Plachie de Carp (SR Rumänien)

Siehe Marinierter Karpfen, rumänisch.

Räucheraal, garniert

Räucheraal portionieren, Rückenhaut von beiden Seiten der Gräte einschneiden und leicht nach innen rollen, anrichten, mit Tomatenscheiben und Sahnemeerrettich garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen), Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Räucherforelle

Frisch geräucherte Forelle anrichten, mit Petersilie und Tomatenscheiben garnieren, Zitronenspalten und Butter extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen), Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Radieschensalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Gemüsepaprikasalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Räucherkarpfen

Siehe Karpfen, garniert.

Sahnekarpfen

Siehe Karpfen in Sahne.

Zander in Tomate

Zander garfertig vorbereiten, filetieren und portionieren, in Essigmarinade garen, im Sud erkalten lassen. Aus Mayonnaise, Tomatenketchup und einem Teil des Sudes sämige Soße rühren, kräftig abschmecken, über den angerichteten Zander geben.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Toast), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Kartoffelsalat, Reissalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Blumenkohlsalat, Chicoréesalat, Champignonsalat, Krautsalat, gemischter Salat.

14.3. Kalte Speisen aus Krebsen und Weichtieren

Kalte Speisen aus Krebsen und Weichtieren sind in erster Linie kalte Vorspeisen. Die meisten Rezepte sind deshalb in diesem Kapitel aufgeführt (siehe Abschnitt 1.2.6.).

Hummer mit Kaviarsoße

Gekochten Hummer (siehe dort) halbieren, Glieder der Schere abtrennen und spalten, Scheren an der Seite aufschlagen, Darm und Magensäckchen aus Schwanz und Körper entfernen, anrichten, mit Kopfsalatstreifen und Tomatenscheiben garnieren. Kaviarsoße extra.

Beilage: Graubrot und Butter, Toast, Kopfsalat, Champignonsalat, Blumenkohlsalat, Spargelsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Anstelle Kaviarsoße können auch andere kalte Soßen gegeben werden (z. B. Kräutermayonnaise, Remouladensoße, Dill-Sahne-Soße). Es ist auch üblich, frische Butter zu geben.

Kaviarschnittchen

Graubrotschnitte halbieren oder in andere Form schneiden, mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, Kaviar gleichmäßig darauf verteilen, mit Scheibe von hartgekochtem Ei belegen, mit Zitronenspalte und Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: Kaviarschnittchen ergeben kein kaltes Gericht, sie sind vielmehr ein Imbiß oder werden mit anderen Schnittchen zu einer Platte kombiniert.

Hinweis: Es kann Malossol-, Keta-Kaviar, Primus-Kaviar oder ein anderer Kaviar verwendet werden.

Krabbensalat

Krabbenfleisch aus der Dose (Konserve, Import aus der UdSSR) abspülen, mit Zitronensaft und Öl etwa eine Stunde durchziehen lassen, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Tomatenwürfeln, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker vermengen, mit Scheiben von hartgekochtem Ei, Oliven garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Graubrot mit Butter, Toast, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Blumenkohlsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Krebssalat mit Früchten

Gegarte Krebsschwänze abtropfen, mit Zitronensaft, Apfelstückchen, Orangenstückchen, geraspeltem Sellerie, feingeschnittenem Dill, Öl, Pfeffer, Salz, grobgehacktem Ei und einer Prise Zucker vermengen, gut durchziehen lassen.

Beilage: Graubrot mit Butter, Roggenbrötchen, Toast, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Langustenschwanz auf Gemüsesalat

Gekochten Langustenschwanz ausbrechen, Schale säubern, mit Gemüsesalat füllen, den in Scheiben geschnittenen Langustenschwanz darauf anrichten, Dill-Sahne-Soße extra.

Beilage: Toast, Kopfsalat, gemischter Salat.

Saramura de Biban (SR Rumänien)

Siehe marinierter Barsch.

Schneckensalat

Gegarte und erkaltete Schnecken in Streifen schneiden, mit einer Salatsoße aus gehacktem, hartgekochtem Ei, Weinessig, geriebenem Meerrettich, fein geschnittenen Zwiebeln, Öl, Pfeffer und Salz vermengen, gut durchziehen lassen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Graubrot, Toast, Kopfsalat, Gurkensalat.



15. Kalte Speisen auf Geflügel- und Wildbasis

15.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe kalte Speisen auf Geflügel- und Wildbasis

Kalte Speisen auf Geflügel- oder Wildbasis bestehen aus einer kalten Speisenkomponente, in deren Zusammensetzung Geflügel oder Wildbret dominiert und somit artbestimmend ist. Wenn diese Komponente mit einer Salat- und Sättigungsbeilage kombiniert wird, entsteht ein *kaltes Gericht.* Kleinere Porionen ergeben *kalte Vorspeisen* (siehe auch Abschnitt 1.2. Kalte Vorspeisen).
Infolge der charakteristischen Unterschiede der Ausgangsprodukte Geflügel (Broiler, Hühner, Enten, Gänse, Puten) und des Wildbrets (Haarwild und Wildgeflügel) sowie der vielfältigen Zubereitungsarten für diese kalten Komponenten lassen sich sehr unterschiedliche Speisen herstellen. Sie reichen von verhältnismäßig einfachen Zusammenstellungen, die mit geringem Arbeitsaufwand zu bewältigen sind, bis zu komplizierten Zubereitungen, die sowohl hohes fachliches Können und Wissen als auch einen ziemlich hohen Arbeitsaufwand erfordern. Letzteres trifft vor allem für die große Zahl der Zubereitungsarten bei Schauplatten für Kalte Büfetts zu. Auf diese kalten Platten wird im Buch nicht eingegangen; sie müssen einer speziellen Veröffentlichung über die Kalte Küche unter besonderer Berücksichtigung der Arbeiten für Kalte Büfetts vorbehalten bleiben.
Eine Arbeitserleichterung stellen zunehmend mehr angebotene Halbfabrikate und tischfertige Komponenten aus Geflügel (z. B. Gänseleberkrem, Kaßlerbroiler) und auch bereits aus Wildbret für die Zusammenstellung und Zubereitung von kalten Speisen aus Geflügel oder Wildbret dar.
Kalte Speisen auf Geflügelbasis werden sowohl für kalte Vorspeisen als auch kalte Gerichte zubereitet. Neben den im folgenden Text aufgeführten Rezeptbeispielen sind ebenfalls eine ganze Anzahl Beispiele von besonders als Vorspeisen geeigneten Zubereitungen in diesen Abschnitten zu finden. Die Zubereitungen für Kalte Büfetts erfolgen häufig als Großstücke, die zum Teil bereits portioniert oder eingeteilt sind (z. B. Masthuhn, Pute u. a. mit verschiedenen Garnituren). Im Prinzip sind alle Arten des sog. Hausgeflügels für die Zubereitung als kalte Speise geeignet.
Kalte Speisen auf Wildbasis werden im sog. Tagesangebot als Restaurationsplatten weniger angeboten. Sie spielen vor allem bei Kalten Büfetts eine größere Rolle. Zubereitet

werden sie dafür ebenfalls als Großstücke (z. B. Rehrücken, Frischlingskeule u. a. mit verschiedenen Garnituren). Das trifft auch auf das Wildgeflügel zu, das als kalte Komponente fast ausschließlich für Kalte Büfetts und in begrenztem Umfange als kalte Vorspeisen verwendet wird. Neben den Großstücken für Schauplatten bei Kalten Büfetts lassen sich auch attraktive Platten mit bereits portionierten kalten Wildkomponenten (z. B. Rehkoteletts, Wildsteaks, Brüstchen von Wildgeflügel) zusammenstellen.
Als *Beilage* für kalte Speisen auf Wild- und Geflügelbasis werden vor allem unterschiedliche Brotsorten sowie verschiedene Frischkostbeilagen verwendet. Speziell bei Wild ist es üblich, eine kalte Soße mit herbem, leicht süßlichem Geschmack aus Beeren oder anderen Früchten (z. B. Cumberlandsoße, Preiselbeersoße), meist unter Verwendung von Rot- oder Dessertwein, als Beilage zu geben. Kalte Speisen auf Geflügel- oder Wildbasis können einen sehr unterschiedlichen *Nährwert* haben. Das ergibt sich sowohl aus dem unterschiedlichen Nährwert der Grundrohstoffe (verschiedene Geflügel- und Wildbretarten) sowie den weiteren Zutaten. Eine weitere Differenzierung in bezug auf den Nährwert kann durch die verschiedenartigen Beilagen erreicht werden. Sie können deshalb dem Bedarf unterschiedlicher Verbrauchergruppen recht gut angepaßt werden. Im begrenzten Umfang sind unter Beachtung der Grundregeln für die einzelnen Kostformen kalte Speisen auf Geflügelbasis auch für Schonkost geeignet.
Einige Beispiele für den unterschiedlichen *Energiegehalt* von kalten Komponenten auf Geflügel- oder Wildbasis zeigt die folgende Aufstellung:[1]

Ente, ausgelöst, mit Butter und Brot, Salat	3 350 kJ (800 kcal)
Entenbrust mit Mandarinen, Butter und Brot	4 600 kJ (1 100 kcal)
Brathähnchen, kalt, mit Kartoffelsalat	3 560 kJ (850 kcal)
Geflügelsalat, Graubrot, Kopfsalat	3 035 kJ (725 kcal)
Rehrücken, mit Leberkrem garniert	4 390 kJ (1 050 kcal)

Im folgenden Text werden die Rezeptbeispiele für diese Gruppe untergliedert in

kalte Speisen auf Geflügelbasis,
kalte Speisen auf Wildbasis.

15.2. Kalte Speisen auf Geflügelbasis

Bratgeflügel, kalt (Grundzubereitung)

Gebratenes Geflügel portionieren, von den großen Knochen befreien oder vollständig entbeinen, mit Bratensaft oder Fleischaspik bepinseln, anrichten, mit gehacktem Weinaspik, Tomatenachteln und mariniertem Gemüsepaprika garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-,

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



Spaghetti- oder Makkaronisalat), Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Es kann auch gegrilltes Geflügel verwendet werden.
2. Als Geflügel werden vor allem Brathuhn, Broiler, Ente und Pute verwendet.

Currysalat aus Geflügel (Grundzubereitung)

Gegarte Geflügelfleischwürfel mit Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, mit geraspelten Äpfeln, gehackten Nüssen und kräftig mit Curry abgeschmeckter Joghurtmayonnaise oder Salatkrem vermengen, gut durchziehen lassen. Beim Anrichten mit Scheiben von gekochtem Ei und Tomatenachteln garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Toast, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln,
Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnen-Gurken-Salat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Als Geflügelfleisch werden vor allem Broiler-, Hühner-, Enten- und Putenfleisch verwendet. Eine Arbeitserleichterung stellt die Verwendung von konserviertem, gegartem Geflügelfleisch (z. B. Importkonserve aus der VR Bulgarien) dar.

Entenbraten, kalt, mit Orange

Garfertige Ente schmoren, portionieren, die großen Knochen entfernen oder völlig entbeinen, mit dem abgekühlten Schmorfond bepinseln, erkalten lassen, portionsweise anrichten, mit Orangenscheiben garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Pumpernickel), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Spaghetti- oder Makkaronisalat),
Frischkost wie bei Bratgeflügel, kalt.

Hinweis: 1. Anstelle der Orangenscheiben können auch Mandarinenfilets verwendet werden.
2. Es kann noch eine kalte Soße, wie Cumberlandsoße, Preiselbeer- oder Apfelsoße, Curryketchup oder ein anderer Ketchup zu kaltem Entenbraten gegeben werden.

Entenbrust, glasiert

Gebratene Entenbrust entbeinen, portionieren, mit Fleischaspik glasieren, anrichten, mit Lebermus und Sauerkirschen sowie Mandarinenfilets garnieren.

Beilage: Graubrot oder Pumpernickel, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, gemischter Kartoffelsalat,
Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Entengalantine

Siehe Geflügelgalantine.
Siehe Geflügelsülze.

Entenweißsauer

Zubereitung wie Gänseweißsauer (siehe dort), jedoch Entenfleisch dafür verwenden.

Beilage: wie Gänseweißsauer.

Entenwickelbraten mit Rotweinsoße

Garfertige Ente vom Rücken her auslösen, ausbreiten, leicht klopfen, salzen und mit Pastetengewürz würzen, mit einer Füllung (Fleischfüllung, Semmelfüllung) bestreichen, zusammenrollen, mit Faden zusammenschnüren, garschmoren, gepreßt erkalten lassen, Faden entfernen, Wickelbraten in Scheiben schneiden, anrichten, mit gedünsteten Apfelscheiben garnieren, kalte Rotweinsoße extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln,

Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Bohnen-Gurken-Salat, gemischter Salat.

Hinweis: Anstelle der Rotweinsoße kann auch Apfel- oder Dattelchutney gegeben werden.

Ente, gefüllt

Gefüllte Ente (industriell in der Fleischwirtschaft produziert) gut durchkühlen, in Scheiben schneiden, anrichten, mit Tomatenachteln und Gurkenscheiben garnieren. Tomaten-Chutney-Soße extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Chicoréesalat, Gemüsepaprikasalat, Selleriesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Gallina en Escabeche (Südamerika)

Siehe Geflügelragout, kalt.

Gänsebrust, geräuchert

Geräucherte Gänsebrust in dünne Scheiben schneiden, fächerartig anrichten, mit Delikateßgurkenscheiben und Sahnemeerrettich garnieren.

Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Gemüsepaprikasalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Geräucherte Gänsebrust wird in der Fleischwirtschaft hergestellt und als tischfertiges Erzeugnis bezogen.
2. Es ist auch üblich, die Scheiben geräucherter Gänsebrust auf einem Salat (z. B. Gemüsesalat) anzurichten.

Gänseleberkrem, garniert

Gänseleberkrem (Konserve, Import aus der Ungar. VR) gut durchkühlen, Deckel von beiden Seiten der Dose entfernen und die Gänseleberkrem vorsichtig als Block aus der Dose herausdrücken, anrichten, mit einer Sauerkirsche, gehacktem Rotweinaspik und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Toast, Weißbrot), Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, die Gänseleberkrem in Weinaspik (Rotweinaspik, Portweinaspik) im Block einzusetzen, zu stürzen und in diesem Aspikmantel anzurichten.

Gänseweißsauer

Garfertige Gans in gesäuertem Salzwasser mit Lorbeerblatt und Zwiebel garen. Kochbrühe abfetten, mit Weißwein, Salz, Pfeffer und falls erforderlich mit Essig abschmecken, mit aufgelöstem Aspikpulver versetzen. Form mit diesem Aspik ausgießen und den Aspik anziehen lassen, Gemüsegarnitur einlegen, mit Aspik angießen, das in Scheiben geschnittene Gänsefleisch gefällig darauf anrichten, mit dem Aspik auffüllen, erstarren lassen, stürzen und anrichten.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es kann eine kalte Soße, wie Kräutermayonnaise, Remouladen- oder Tatarensoße, zu Gänseweißsauer gegeben werden.

Geflügelgalantine

Geflügel (Huhn, Ente, Pute) auf dem Rückgrat vom Hals zum Steiß einschneiden und das Fleisch beiderseits des Rückgrats von der Karkasse ablösen, die Flügel und Keulenknochen von innen hohl auslösen und deren Fleisch nach innen ziehen. Das ausgelöste Fleisch ausbreiten, salzen und mit Pastetengewürz würzen, Fleischfüllung



oder eine andere Pastetenfüllung auf das Fleisch geben, eine Einlage (z. B. gekochte Pökelzunge, Geflügelleber) auf die Füllung geben, mit weiterer Fülle abdecken, das Fleisch darüberschlagen und zusammennähen. In ein Tuch einschnüren, in kräftiger Brühe langsam garen, abkühlen und pressen, das Tuch und den Faden vom Zunähen entfernen, mit Sulzmayonnaise überziehen, gut durchkühlen, in Scheiben schneiden, anrichten und mit Tomatenachteln sowie Gurkenfächern garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Toast, Brötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat,
Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Pilzsalat, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Es kann noch eine kalte Soße (z. B. Cumberlandsoße, Rotweinsoße) oder eine Chutney als Beilage zu Geflügelgalantine gegeben werden.
2. Geflügelgalantine wird auch sehr häufig als Schauplatte für ein Kaltes Büfett zubereitet.

Geflügelkrem (Grundzubereitung)

Gegartes Hühner-, Puten- oder Entenfleisch mit rohem Schinken, Kapern, Sardellen und Delikateßgurken wolfen, mit Salatkrem und Senf verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, in Glasschale oder anderem Anrichtegeschirr gefällig anrichten und gut durchkühlen.

Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Brötchen, Weißbrot,
Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Geflügelkrem oder Geflügelpastete wird auch als Erzeugnis der Fleischwirtschaft konserviert angeboten und stellt in dieser Form eine erhebliche Arbeitserleichterung dar.

Geflügelleberkrem

Siehe Gänseleberkrem. (Anstelle Gänseleberkrem wird auch andere Geflügelleberkrem konserviert angeboten und genau wie Gänseleberkrem verwendet.)

Geflügelleberwurst, garniert

Gut durchgekühlte Geflügelleberwurst portionieren, anrichten und mit Delikateßgurkenscheiben und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Brötchen, Tomatensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Geflügelpastete mit Senffrüchten

Geflügelpastete (Produkt aus der Fleischwirtschaft) gut durchkühlen, in Scheiben schneiden, mit Senffrüchten oder Senfgemüse garnieren.

Beilage: Weißbrot, Toast, Brötchen, Kopfsalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Geflügelragout, kalt (Gallina en Escabeche)

In gefettetes, feuerfestes Geschirr entbeintes, rohes Geflügelfleisch geben, mit rohen Möhren-, Zwiebel- und Gemüsepaprikascheiben, Pfeffer und Salz ergänzen und in gleicher Weise weitere Schichten einordnen, bis das Gefäß gefüllt ist, mit Weißwein angießen. Fest verschließen, im Ofen garen. Wenn alles gar ist, das Geflügel im geöffneten Topf erkalten lassen, Fett abgießen, das Geflügel mit Essig, Tomatensaft, Pfeffer und Salz abschmecken, anrichten, mit Oliven garnieren, Ketchup oder eine andere kalte Soße extra.

Beilage: Weißbrot, Brötchen, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat.

Geflügelröllchen mit Käsesalat

Geflügelbrust (am besten Putenbrust) in dünne Scheiben schneiden, rollen und mit Käsesalat füllen, mehrere Röllchen als eine

Portion anrichten, mit Tomatenachteln oder marinierten Champignons garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Toast, Weißbrot, Brötchen), Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaronisalat oder Spaghettisalat), Kopfsalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, Gurkensalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Geflügelröllchen mit Käsesalat oder einer anderen Füllung sind auch sehr gut als Vorspeise geeignet.

Geflügelröllchen mit Spargel

Zubereitung wie Geflügelröllchen mit Käsesalat, jedoch anstelle Käsesalat mit gegartem Spargel füllen, mit Tomatenachteln garnieren, Tatarensoße extra.

Beilage: wie Geflügelröllchen mit Käsesalat.

Geflügelsalat mit Chicorée und Orange

Gegarte Geflügelfleischwürfel (Huhn, Ente, Pute) mit Zitronensaft und gehackten Kräutern marinieren, mit Chicoréestreifen und Orangewürfeln sowie Joghurtmayonnaise oder Salatkrem vermengen, mit Pepper-Sauce und Salz abschmecken, gut durchziehen lassen, anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei, Tomatenachteln und gehackter Petersilie garnieren.

Beilage: Graubrot, Weißbrot, Brötchen, Kopfsalat, Chicoréesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Geflügelsalat mit Gurke

In Streifen geschnittenes, gegartes Geflügelfleisch (Huhn, Ente oder Pute oder auch gemischt) mit Streifen oder Würfeln von Salatgurke und körnig gekochtem Reis sowie Senfmayonnaise vermengen. Gut durchziehen lassen, anrichten, mit Streifen von mariniertem, rotem Gemüsepaprika garnieren und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Graubrot, Brötchen, Bratkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, den Salat anstelle mit Senfmayonnaise mit Tomatenmayonnaise zu vermengen.

Geflügelsalat von Pute

Siehe Putenfleischsalat.

Geflügelsülze

Gegartes und entbeintes Geflügelfleisch in Würfel schneiden, mit Geflügelbrühe, Delikateßgurkenwürfeln, Möhren- und Selleriewürfeln (gedünstet) aufkochen, mit Salz, Pfeffer und Weinessig kräftig abschmecken, mit aufgelöstem Aspikpulver versetzen, abkühlen, in Formen füllen und erstarren lassen. Aus der Form stürzen, anrichten und mit Streifen von mariniertem Gemüsepaprika garnieren, Kräutermayonnaise oder Remouladensoße extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Hinweis: 1. Die Formen können noch mit unterschiedlicher Garnitur ausgelegt werden, um auf der Sülze einen Dekor zu erhalten.
2. Geflügelsülze kann auch als Produkt aus der Fleischwirtschaft bezogen werden.

Gefüllte Ente, garniert

Siehe Ente, gefüllt.

Hühnerfleisch in würziger Tunke (Tscherkess Taruk)

Zwiebelscheiben in einem Topf in Öl goldgelb anschwitzen, garfertiges, gut gewaschenes Huhn daraufgeben, mit Wasser auffüllen, bis das Huhn bedeckt ist, leicht salzen und langsam garen, in Garfond erkalten lassen. Huhn entbeinen und in Stücke schneiden, anrichten und mit einer



gut sämigen Soße aus der Hühnerbrühe, Reibebrot und geriebenen Nüssen übergießen, mit in heißem Öl verrührtem scharfem Paprika beträufeln.
Beilage: Weißbrot,
Gemüsepaprikasalat, Krautsalat, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hühnergalantine

Siehe Geflügelgalantine.

Kaßlerbroiler, garniert

Kaßlerbroiler zerteilen, entbeinen, in Scheiben schneiden, gefällig anrichten, mit Kopfsalatstreifen und Tomatenachteln garnieren, frische Butter extra.
Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Weißbrot, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat),
Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.
Hinweis: Kaßlerbroiler kann auch in Wasser etwa 5 Minuten aufgekocht werden und im Kochfond auskühlen. Er kann jedoch auch so, wie er von der Fleischwirtschaft geliefert wird, verarbeitet werden.

Putenbrust mit Orangen

Gebratene Putenbrust entbeinen, in Scheiben schneiden, mit Fleischaspik glasieren, anrichten, mit Orangenscheiben garnieren, Apfelchutney und frische Butter extra.
Beilage: Graubrot, Pumpernickel,
Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Putenfleischsalat I

Würfel von gegartem Putenfleisch mit feingewürfeltem, mariniertem Gemüsepaprika, gedünsteten grünen Erbsen, Weinessig, Öl, Perlzwiebeln, Tomatenketchup, Joghurt, Salz und edelsüßem Paprika vermengen und gut durchziehen lassen, anrichten, mit Scheiben oder Vierteln von hartgekochten Eiern garnieren und mit feingeschnittenem Schnittlauch oder gehackter Petersilie bestreuen.
Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Brötchen, Weißbrot,
Kopfsalat, Selleriesalat, rote Bete, Bohnensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Putenfleischsalat II

Würfel von gegartem Putenfleisch mit Weinessig und Öl marinieren, mit Würfeln von Salatgurke, Streifen von mariniertem Gemüsepaprika und gedünsteten Champignonscheiben oder -vierteln vermengen, mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken, gut durchziehen lassen, beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen und mit Tomatenachteln garnieren.
Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Blumenkohlsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.
Hinweis: Es sind weitere Varianten durch unterschiedliche Zutaten bei der Zubereitung von Putenfleischsalat verbreitet.

Putenrollbraten, garniert

Putenrollbraten (siehe dort) zubereiten, erkalten lassen, in Scheiben schneiden, portionsweise anrichten, mit Tomatenscheiben oder -achteln sowie verschiedenen Chutneyarten (siehe dort) garnieren, Tatarensoße, kalte Tomaten- oder Rotweinsoße extra.
Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat),
Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Rollpastete von Geflügel

Siehe Geflügelgalantine.

Tscherkess Taruk (Orient)

Siehe Hühnerfleisch in würziger Tunke.

15.3. Kalte Speisen auf Wildbasis

Fasan, garniert

Gebratenen Fasan gut durchkühlen, portionieren, mit Rotwein- oder Portweinaspik glasieren, mit Lebermus garnieren, anrichten, mit Orangenfilets oder Mandarinenfilets umlegen, Cumberland- oder Preiselbeersoße extra.

Beilage: Weißbrot, Toast,
Kopfsalat, Champignon- oder ein anderer Pilzsalat, Chicoréesalat, Sauerkrautsalat, gemischter Salat.

Rehbraten, kalt, mit Moosbeeren

Englisch gebratenen Rehbraten gut durchkühlen, in Scheiben schneiden, mit Rot- oder Portweinaspik glasieren, anrichten, mit gedünsteten Apfelscheiben und Moosbeeren garnieren, Cumberland- oder Preiselbeersoße extra.

Beilage: Graubrot, Weißbrot,
Champignonsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Bohnensalat, Bohnen-Gurken-Salat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Rehmedaillon, garniert

Gebratene Rehmedaillons abkühlen lassen, auf gedünsteten Apfelscheiben anrichten, mit Rotweinaspik überziehen, zwei oder drei Medaillons als eine Portion anrichten, Preiselbeersoße extra.

Beilage: Graubrot, Weißbrot, Toast,
Kopfsalat, Champignonsalat, Chicoréesalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Garniertes Rehmedaillon ist in entsprechender Portionsgröße angerichtet auch sehr gut als kalte Vorspeise geeignet.

Rehrücken, garniert

Englisch gebratenen, gespickten Rehrücken gut abkühlen, die Rückenfilets in Scheiben schneiden, anrichten, mit Lebermus und Orangenscheiben garnieren, Cumberlandsoße extra.

Beilage: Graubrot, Weißbrot, Teigwarensalat (Hörnchen-, Spaghetti-, Makkaronisalat),
Kopfsalat, Champignonsalat oder ein anderer Pilzsalat, Chicoréesalat, Rosenkohlsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Rehrücken mit unterschiedlicher Garnitur ist auch als Großstück zubereitet und tranchiert ein beliebtes Gericht für Kalte Büfetts.

Wachtel in Blätterteig

Siehe 7.6. Gerichte aus Wildgeflügel.

Wachtel mit Kirschen und Cumberlandsoße

Gebratene Wachtel erkalten lassen und mit dem Bratenfond bepinseln, anrichten, mit in Rotwein gedünsteten Sauerkirschen garnieren, Cumberlandsoße extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Toast, Weißbrot, Brötchen),
Kopfsalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Wildfleischspießchen in Rotwein

Würfel von Wildfleisch (z. B. Wildschwein) abwechselnd mit magerem Speck und Champignons auf Spieß aufreihen, würzen, braten, erkalten lassen, vom Spieß streifen, anrichten, mit kalter Rotweinsoße überziehen, mit gehackten Nüssen bestreuen.

Beilage: Graubrot, Pumpernickel, gebratene Kartoffeln, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni-, Spaghettisalat),
Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, Selleriesalat, Krautsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es ist auch üblich, das Fleisch am Spieß anzurichten.



Wildschweinbraten mit Preiselbeerrahmsoße

Wildschweinbraten (siehe dort) erkalten lassen, in Scheiben schneiden, mit Orangenscheiben oder Mandarinenfilets anrichten, mit einem mit Gemüsesalat gefüllten, säuerlichen Apfel garnieren, Preiselbeersoße (siehe dort) mit Sahne verrühren und extra geben.

Beilage: Graubrot oder Pumpernickel, gebratene Kartoffeln, Kartoffelchips, Erdnußflips,
Weiß- oder Rotkohlsalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Anstelle der Preiselbeerrahmsoße kann auch Cumberlandsoße oder ein Chutney (z. B. Orangen- oder Tomatenchutney) gegeben werden.

Wildschweinkopf, garniert

Gesäuberten Wildschweinkopf auslösen, mit Pastetengewürz und Salz einreiben, mit Fleischfarce oder einer anderen Pastetenfüllung füllen, zunähen, in ein Tuch einbinden, in kräftiger Brühe langsam garen, im Fond erkalten lassen und pressen, das Tuch und den Nähfaden entfernen, den Kopf in Scheiben schneiden, anrichten, mit gedünsteten Apfelringen, die mit Johannisbeergelee gefüllt sind, garnieren, Cumberlandsoße extra.

Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Weißbrot, Kartoffelsalat, gebratene Kartoffeln, Weiß- oder Rotkohlsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, Pilzsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Garnierter (gefüllter) Wildschweinkopf wird auch als Großstück mit Chaudfroid- oder Sulzsoße überzogen und als Schauplatte für das Kalte Büfett gegeben.

Wildschweinsülze

Wildschweinfleisch mit Suppengemüse in leicht gesäuertem Salzwasser garen, das Fleisch erkalten lassen und entbeinen, in Würfel schneiden. Den Fond abfetten, mit aufgelöstem Aspik versetzen, mit Portwein und Pepper-Sauce abschmecken. Eine Form am Boden mit diesem Aspik ausgießen, erstarren lassen, kleine Garnitur auflegen, mit Aspik übergießen, Wildschweinfleisch darauf geben, mit Gelee auffüllen. Erstarren lassen, stürzen und anrichten, mit Tomatenachteln und Delikateßgurke garnieren, Meerrettich-Wein-Soße (siehe dort) extra.

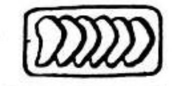
Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln,
Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

16. Kalte Speisen auf Fleischbasis

16.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe kalte Speisen auf Fleischbasis

Kalte Speisen auf Fleischbasis bestehen aus einer kalten Speisenkomponente, in deren Zusammensetzung Schlachtfleisch dominiert und somit artbestimmend ist. Wenn diese Komponente mit einer Salat- und Sättigungsbeilage kombiniert wird, entsteht ein *kaltes Gericht*. Kleinere Portionen ergeben *kalte Vorspeisen* (siehe auch Abschnitt 1.2. Kalte Vorspeisen).
Durch die unterschiedlichen Schlachtfleischarten (Schwein, Rind, Kalb, Hammel, Kaninchen, Innereien) und die verschiedenartigen Zubereitungsarten für diese kalten Komponenten lassen sich sehr unterschiedliche Speisen herstellen. Sie beginnen bei einfachen Zusammenstellungen, die mit geringem Zeitaufwand zu bewältigen sind,[1] und reichen bis zu solchen Zubereitungen, die hohes fachliches Können und großen Zeitaufwand erfordern (z. B. Schaustücke für Kalte Büfetts). Derartige kalte Speisen werden im folgenden Kapitel nicht behandelt. Sie müssen Inhalt eines speziellen Fachbuches für die Kalte Küche sein, das auch die vielfältigen Möglichkeiten von Platten für Kalte Büfetts gründlich behandelt. In der täglichen Praxis kommt es darauf an, solche kalten Speisen auf Fleischbasis herzustellen, die zwar einfach zuzubereiten sind, jedoch eine eigene Note der Gaststätte widerspiegeln. Das Angebot von Wurstplatten mit einer Garnitur und dgl. ist deshalb zu reduzieren; dafür sind speziell zusammengestellte, appetitliche kalte Speisen zu bevorzugen, die sich vom Angebot anderer Gaststätten unterscheiden.
Sättigungsbeilagen zu kalten Fleischkomponenten sind vor allem die verschiedenen Brotsorten, aber auch Kartoffel- oder Teigwarensalate. Als *Salatbeilage* können im Prinzip alle Frischkostsalate oder Salate aus gegartem Gemüse gegeben werden. Teilweise werden zu den kalten Fleischkomponenten kalte Soßen (Remouladensoße, Tatarensoße, kalte Rotweinsoße u. a.) gegeben. Meist tritt jedoch an deren Stelle frische Butter, wenn die Sättigungsbeilage aus Brot besteht.
Kalte Speisen auf Fleischbasis können durch den unterschiedlichen Einsatz für die Fleischkomponente (z. B. Rind-, Schweine-, Kalb-, Hammel-, Hackfleisch oder Wurst) und die

[1] Gute Ausgangsmaterialien sind hierfür Fleisch- und Wurstwaren aus der Fleischwirtschaft (auch verschiedene Konserven) unserer Republik und aus Importen



weiteren Zutaten einen sehr unterschiedlichen *Nährwert* haben. Eine weitere Abweichung ergibt sich durch die unterschiedlichen Beilagen. Zu beachten ist bei der Zusammenstellung solcher Speisen der teilweise recht hohe Fettgehalt der Fleischkomponente. Das muß bei der Auswahl der Sättigungs- und Salatbeilage berücksichtigt werden, um zu einer ausgewogenen Zusammenstellung zu kommen. In begrenztem Umfang sind unter Beachtung der Regeln für diese Kostformen kalte Speisen auf Fleischbasis auch für Schonkost einsetzbar.
Einige Beispiele für den unterschiedlichen *Energiegehalt* von kalten Speisen auf Fleischbasis zeigt die folgende Zusammenstellung:[1]

Tatarbeefsteak mit Butter und Brot	2 720 kJ (650 kcal)
Hackepeter mit Würfelzwiebeln, Butter und Brot	3 655 kJ (875 kcal)
Eisbeinsülze, garniert, mit Bratkartoffeln, Salat	2 595 kJ (620 kcal)
Sülzkotelett, garniert, Graubrot, Salat	3 140 kJ (750 kcal)
Roastbeef, rosa, mit Meerrettich, Graubrot, Salat	2 930 kJ (700 kcal)
Kasseler Rippenspeer, kalt, mit Kartoffelsalat	3 975 kJ (950 kcal)
Gemischte Wurstplatte mit Butter und Graubrot	4 060 kJ (970 kcal)

Im folgenden Text werden die Rezeptbeispiele für diese Gruppe untergliedert in

belegte Brötchen und Schnitten,
kalte Braten, Schnitzel und andere Fleischzubereitungen,
Sülzen und Fleisch in Aspik,
Fleisch- und Wurstsalate,
kalte Hackfleischzubereitungen und Wurst.

16.2. Belegte Brötchen und Schnitten

Bierstulle

Eine Scheibe Graubrot oder Pumpernickel mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, mit kaltem Schweinebraten belegen, obenauf streifenweise Sahnemeerrettich anrichten und mit Tupfen von Tomatenketchup ergänzen, mit Delikateßgurkenscheiben garnieren.
Beilage: Krautsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Hinweis: Es sind auch andere Zusammenstellungen unter der Bezeichnung Bierstulle üblich.

Brötchen, belegt (Grundzubereitung)

Brötchen halbieren, mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, mit kaltem Braten oder Wurst belegen, mit Delikateßgurkenscheibe, Tomaten- oder Eischeibe garnieren.

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972

Hinweis: 1. Belegte Brötchen können als halbes Brötchen oder zusammengeklappt als ganzes Brötchen gegeben werden. Sie sind in erster Linie als Imbiß in Imbißgaststätten, zur Pausenversorgung in den Betriebskantinen und ähnlichen Einrichtungen geeignet. Es empfiehlt sich, immer mehr Graubrot anstelle der Brötchen zu verwenden.
2. Belegte Brötchen können sehr unterschiedlich belegt werden, das zeigen die folgenden Beispiele:

Hackepeterbrötchen,
belegtes Brötchen mit Jagdwurst,
belegtes Brötchen mit Leberkäse,
belegtes Brötchen mit Kasseler Braten,
belegtes Brötchen mit Kochschinken,
belegtes Brötchen mit rohem Schinken,
belegtes Brötchen mit Mortadella,
belegtes Brötchen mit Schweinebraten,
belegtes Brötchen mit Salami,
belegtes Brötchen mit Zungenwurst,
Fleischsalatbrötchen mit Ei.
Neben Fleisch und Wurst ist auch anderer Belag (z. B. Fisch, Käse, Ei) üblich.

Doppelsandwich

Eine Scheibe Graubrot oder Weißbrot mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, mit Fleisch- oder einem anderen Feinkostsalat bedecken, eine andere, bestrichene Brotscheibe darüber geben, diese mit kaltem Braten belegen und schließlich mit einer letzten Scheibe Brot und mit verschiedenen Salaten bedecken.

Hinweis: Doppelsandwiches sind ein sehr kräftiger Imbiß; häufig wird das Fleisch noch mit Mayonnaise ergänzt, dadurch wird das Sandwich noch fettreicher. Es empfiehlt sich deshalb, auf eine Würztunke (z. B. Tomatenketchup) zurückzugreifen, die den Fettanteil nicht noch erhöht.

Kanapees (Canapés) mit verschiedenem Belag

Belegte und garnierte Brotschnitte, die im Gegensatz zum Sandwich nicht zugeklappt ist (siehe Abschnitt 1.2. Kalte Vorspeisen).

Sandwich (Grundzubereitung)

Grau- oder Weißbrotscheibe mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, mit kaltem Braten oder Wurst belegen, mit einigen dünnen Gurken- oder Tomatenscheiben ergänzen, mit einer weiteren Brotscheibe abdecken.

Hinweis: Sandwiches werden vor allem als Reiseproviant oder als Imbiß zubereitet. Meist werden mehrere, verschieden belegte Sandwiches zu einer Portion zusammengestellt.

Schinkenstulle I

Graubrotscheibe mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, mit gekochtem Schinken belegen, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Kapern garnieren.

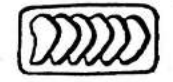
Schinkenstulle II

Graubrotscheibe mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, mit rohem Schinken belegen, mit geriebenem Meerrettich und Salzbrezel garnieren.

Schlemmerschnitte

Graubrotscheibe mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, mit Fleischsalat bedecken, mit Schinken- und Salamitütchen, Scheiben oder Vierteln von hartgekochtem Ei, Delikateßgurke und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: Kopfsalat, Bohnensalat, Selleriesalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.



16.3. Kalte Braten, Schnitzel und andere Fleischzubereitungen

Filetpastete (Filetkrustenpastete)

Siehe Lendenpastete.

Gefüllter Kammbraten mit Senfgurke und Meerrettichketchup

Siehe Kammbraten, gefüllt.

Gefüllter Schweinsrücken mit Paprikasahne

Siehe Schweinsrücken, gefüllt.

Kalbfleischpastete (Kalbfleischkrustenpastete)

Gefettete Kastenform mit Pastetenteig am Boden und den Seiten auslegen, so daß der Teig etwas über den Rand der Form ragt (Pastetenteig: 4 Teile Weizenmehl, 1 Teil Schweineschmalz, 1,5 Teile Wasser gut verkneten und etwa vier Stunden ruhen lassen), Form auf dem Teig mit dünnen Speckplatten auslegen und etwa zu einem Drittel mit Kalbfleischfarce (1 Teil Kalbfleisch, 1 Teil mageres Schweinefleisch, 4 Teile frischen Speck, mit Pastetengewürz und Weinbrand kräftig abschmecken) füllen, darauf Einlage aus rosa gebratenen Kalbslendchen und Schinkenstreifen geben, mit der restlichen Kalbfleischfarce bedecken, mit einer dünnen Speckplatte abdecken, Teigränder vom Rand der Form darüberschlagen, mit Milch bestreichen, mit einer Teigplatte abdecken und diese festdrücken. In die Teigplatte mit einem Ausstecher zwei etwa korkengroße Löcher stechen und in jedes ein Röllchen aus gefettetem Pergamentpapier oder Alufolie (sog. Kamin) stecken, den Teigdeckel mit Teigornamenten verzieren, mit Milch bestreichen. Zuerst scharf anbacken, dann bei mittlerer Hitze weiter backen (evtl. abdecken), auskühlen lassen, durch die Kamine in die Pastete Madeira- oder Portweinaspik füllen, gut durchkühlen, in Scheiben schneiden. Auf Papierserviette anrichten oder direkt auf den Teller geben und mit Tomatenachteln und Blattsalat garnieren.

Beilage: Kopfsalat, Champignonsalat, Chicoréesalat, Spargelsalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Kaltes Kotelett

Siehe Schweinskotelett, kalt.

Kaltes Schnitzel

Siehe Schweineschnitzel, kalt.

Kammbraten, gefüllt, mit Senfgurke und Meerrettichketchup

Schweinskamm auslösen, in Richtung der Fleischfaser Löcher in Dicke einer Bockwurst mit dem Messer stechen, Schinkenpolnische oder Knacker hineinschieben, den Kamm schmoren, gepreßt erkalten lassen, in Scheiben schneiden. Mehrere Scheiben als Portion anrichten, mit Streifen von Senfgurke garnieren, mit geriebenen Meerrettich verrührten Tomatenketchup als Soße extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Kümmelbrötchen oder -stangen), Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat).

Kasseler, kalt

Kasseler Rücken oder Kamm auslösen, in Wasser garziehen und im Fond erkalten lassen, in dünne Scheiben schneiden. Mehrere Scheiben als eine Portion anrichten, mit gehacktem Fleischaspik, Delikateßgurkenscheiben und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen), Kartoffel-

salat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat),
Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Krautsalat, Selleriesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Kasseler Kamm mit Mixed Pickles

Kasseler Kamm auslösen, braten, gepreßt gut durchkühlen, in Portionsscheiben schneiden. Portionsscheibe anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Mixed Pickles garnieren.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Kartoffelsalat,
Kopfsalat, Krautsalat, rote Bete, Selleriesalat.

Kasseler Rippchen mit Meerrettich

Kasseler Rippchen in Wasser mit Suppengemüse garen, erkalten lassen, portionieren. Mehrere Stücken als Portion anrichten, mit Sahnemeerrettich und Mixed Pickles garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Salz- oder Kümmelstangen und -brötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat,
Krautsalat, Tomatensalat, Selleriesalat, Bohnensalat, rote Bete, gemischter Salat.

Kasseler Rippenspeer mit Senfgemüse

Kasseler Rippenspeer auslösen, in Wasser mit Suppengemüse garen, im Fond erkalten lassen und in Scheiben schneiden. Mixed Pickles noch etwas zerkleinern, mit kalter Senfsoße vermengen, gut durchziehen lassen und beim Anrichten zu dem Kasseler Rippenspeer geben.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni-, Spaghettisalat).

Krustenpastete

Siehe Kalbfleischpastete.
Siehe Lendenpastete (Filetpastete).
Siehe Schinkenpastete.
Siehe Zungenpastete.

Lendenpastete (Lendenkrustenpastete, Filetpastete)

Zubereitung wie Kalbfleischpastete, zur Füllung jedoch Schweinefleischfarce (1 Teil mageres Schweinefleisch, 1 Teil frischer Speck) verwenden, als Einlage kleine, rosa gebratene Schweinslendchen und Schinkenstreifen, abgekühlte Pastete mit Portweinaspik ausgießen, gut durchkühlen, in Scheiben schneiden und anrichten.

Beilage: Toast oder eine andere Brotbeilage, Kopfsalat, Champignon- oder ein anderer Pilzsalat, Chicoréesalat, Gemüsepaprikasalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Schweinefleischfarce kann noch mit Kapern vermengt werden.

Räucherschweinebauch, kalt

Siehe Schweinebauch, geräuchert, kalt.

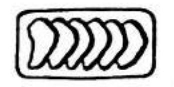
Roastbeef, rosa, mit Meerrettich

Roastbeef englisch braten (siehe dort), gut durchkühlen, in dünne Scheiben schneiden, mehrere Scheiben als Portion anrichten, mit geriebenem Meerrettich, marinierten Selleriescheiben, Tomatenachteln garnieren, Tataren-, Remouladen- oder Kaviarsoße extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Kaviarbrot), Kopfsalat, Blumenkohlsalat, Spargelsalat, Chicoréesalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Roher Schinken mit Meerrettich und Erdnußflips

Rohen Schinken in dünne Scheiben schneiden, mehrere Scheiben als Portion



anrichten, mit geriebenem Meerrettich, Erdnußflips, Salzbrezel und frischer Butter garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Bauernbrot, Pumpernickel, Salz- oder Kümmelstangen bzw. -brötchen), Kartoffelsalat, Rettichsalat, Radieschensalat, Krautsalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Gurkensalat, gemischter Salat.

Schinkenpastete (Schinkenkrustenpastete)

Zubereitung wie Kalbfleischpastete (siehe dort), Füllung jedoch mit Schinkenfarce (1 Teil Schinken, 1 Teil mageres Schweinefleisch, 2 Teile frischer Speck), Einlage etwa fingerdicke Schinkenstreifen und Champignons.

Beilage: Toast oder andere Brotbeilage, Kopfsalat, Gurkensalat, Chicoréesalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schinkenplatte

Verschiedene Schinkensorten (z. B. Kochschinken, Rollschinken, Lachsschinken) in Scheiben schneiden, gemeinsam anrichten, mit Delikateßgurke, Erdnußflips und frischer Butter garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Bauernbrot, Buttermilchbrot, Kümmelstangen oder -brötchen, Pumpernickel),
Kopfsalat, Selleriesalat, Gurkensalat, Krautsalat, Sauerkrautsalat, Rettichsalat, gemischter Salat.

Schinkenroulade

Kochschinken in Scheiben schneiden, jede Scheibe zur Rolle formen, mit Gemüse oder einem anderen Feinkostsalat füllen, auf beide Enden mit Eierkrem Rosetten spritzen, in mit Aspik ausgegossene Form einsetzen, obenauf mit Eierkrem garnieren, mit Weinaspik auffüllen, gut durchkühlen. Aus der Form entfernen, portionsweise anrichten, Tomatenmayonnaise oder Dill-Sahne-Soße extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat),
Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Schweinebauch, gefüllt, mit Meerrettichketchup

Gefüllten Schweinebauch (siehe dort) nach dem Garen gut durchkühlen, in Scheiben schneiden. Mehrere dünne Scheiben als Portion anrichten, Tomatenketchup mit geriebenem Meerrettich vermengen und über den Schweinebauch geben, mit Kopfsalat und Tomatenachteln garnieren, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Graubrot, Bauernbrot, Buttermilchbrot, Kümmel- oder Salzstangen, Krautsalat, Sauerkrautsalat, Rettichsalat, Zwiebelsalat, Mixed Pickles, Selleriesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Schweinebauch, geräuchert, kalt

Räucherschweinebauch garen, erkalten lassen, in Scheiben schneiden, portionsweise anrichten, mit geriebenem Meerrettich und gestoßenem Pfeffer bestreuen, mit Delikateßgurke garnieren.

Beilage: Graubrot, Bauernbrot, Buttermilchbrot, Kartoffelsalat, Krautsalat, Sauerkrautsalat, Rettichsalat, Selleriesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Schweinskotelett, kalt

Paniertes Schweinskotelett knusprig braten, Fett gut abtropfen lassen, abkühlen, trocken anrichten, mit marinierten Sellerieschieben und Tomatenachteln garnieren, Tomatenketchup oder Curryketchup extra.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Bauernbrot, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni-, Spaghettisalat), Selleriesalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Mixed Pickles, Krautsalat, gemischter Salat.

Schweinslendchen auf Champignonsalat

Schweinslendchen englisch braten, gut durchkühlen, in dünne Scheiben schneiden. Portionsweise auf Champignonsalat (siehe dort) anordnen, mit gehacktem Fleischaspik und Delikateßgurke garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Brötchen, Weißbrot), Kopfsalat, Salatteller.

Schweinslendchen mit Senfgurke

Schweinslendchen englisch braten, gut durchkühlen, in Scheiben schneiden. Mehrere Scheiben als Portion anrichten, mit Kopfsalat, Streifen von Senfgurke und frischer Butter garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel), Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Schweinsrücken, gefüllt, mit Paprikasahne

Schweinsrücken auslösen, in Richtung der Fleischfaser mit einem dünnen Messer Löcher in Dicke eines Wiener Würstchens einstechen, mit Wiener Würstchen füllen, saftig braten, gepreßt auskühlen lassen und gut durchkühlen, in Scheiben schneiden. Fächerartig anrichten, mit Kopfsalat, mariniertem Gemüsepaprika und frischer Butter garnieren. Saure Sahne mit edelsüßem Paprika, Pritamin (Konserve, Import Ungar. VR) und Zitronensaft aufschlagen und als Soße extra geben.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Bauernbrot, Brötchen, Buttermilchbrot, Kaviarbrot, Weißbrot), Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Selleriesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Schweinsrücken, kalt, mit Rotweinsoße

Schweinsrücken auslösen, englisch braten, gut durchkühlen, in Scheiben schneiden. Mehrere Scheiben als Portion anrichten, mit Delikateßgurke und Tomatenachteln garnieren, kalte Rotweinsoße (siehe dort) extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Bauernbrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel),
Kopfsalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schweineschnitzel, kalt

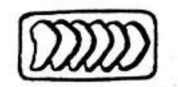
Schweineschnitzel panieren und knusprig braten, Fett gut abtropfen lassen, abkühlen, trocken anrichten, mit mariniertem Gemüsepaprika und Salzgurke garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Bauernbrot),
Kartoffelsalat,
Kopfsalat, Tomatensalat, Krautsalat, Sauerkrautsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Als Beilage kann noch eine kalte Soße (z. B. Meerrettichketchup, Curryketchup) gegeben werden.

Tomatenfleisch mit Senf

Rinderkochfleisch mit Suppengemüse in Salzwasser garen. Im Fond erkalten lassen und in dünne Scheiben schneiden. Diese mit Tomatenscheiben oder Tomatenketchup, feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Radieschenscheiben, feingeschnittenem Schnittlauch, Essig, Öl, Pfeffer, Salz und Senf marinieren und gut durchziehen lassen. Mit der Marinade anrichten, mit Kapern und gehackter Petersilie bestreuen, mit Scheiben von hartgekochtem Ei garnieren.



Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Bauernbrot, Bratkartoffeln, Kopfsalat, gemischter Salat.

Zungenpastete

Zubereitung wie Kalbfleischpastete, Füllung jedoch Schweinefleischfarce (1 Teil mageres Schweinefleisch, 1 Teil frischer Speck), Einlage gekochte Schweinspökelzunge.

Beilage: Toast oder andere Brotbeilage, Kopfsalat, Champignon- oder anderer Pilzsalat, Tomatensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

16.4. Sülzen und Fleisch in Aspik

Eisbein in Aspik

Eisbein mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Wasser garen, erkalten lassen, entbeinen und portionieren. Aus der Kochbrühe einen kräftig sauer abgeschmeckten Fleischaspik herstellen, Form damit ausgießen, gut durchkühlen, kleine Garnitur (gekochte Eischeibe, Delikateßgurke u. a.) einlegen, Eisbeinportion darauf geben, mit Aspik auffüllen, gut durchkühlen. Aus der Form entfernen, beim Anrichten mit Delikateßgurke garnieren, Vinaigrettesoße extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Krautsalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Tomatensalat, gemischter Salat

Eisbeinsülze

Dickbeine kochen, entbeinen, abkühlen lassen, in Würfel schneiden, mit Würfeln von Delikateßgurke vermengen, mit der kalten Kochbrühe in der benötigten Menge übergießen, aufkochen, kräftig mit Essig, Pfeffer und Salz abschmecken, falls erforderlich, mit aufgelöstem Aspik (vor allem im Sommer) versetzen, in Formen füllen, gut durchkühlen. Aus der Form stürzen, anrichten, mit Delikateßgurke oder Mixed Pickles garnieren, Essig-Öl-Tunke oder Zwiebel, Essig und Öl extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Weißbrot, Brötchen), Krautkartoffeln, Kopfsalat, Selleriesalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Fleischsülze

Zubereitung wie Eisbeinsülze, anstelle Dickbein jedoch Kniebeine und Spitzbeine verwenden. Aspikzugabe entfällt, da die Sülze durch die Verwendung von Spitzbeinen gut geliert.

Beilage: wie Eisbeinsülze.

Kalbfleisch in Aspik

Zubereitung wie Schweinefleisch in Aspik (siehe dort).

Beilage: verschiedene Brotsorten (Weißbrot, Brötchen, Toast, Buttermilchbrot), Kopfsalat, gemischter Salat.

Rindfleisch in Aspik

Zubereitung wie Schweinefleisch in Aspik (siehe dort).
Beilage: wie Kalbfleisch in Aspik.

Schinken in Aspik

Zubereitung wie Schweinefleisch in Aspik.

Beilage: wie Schweinefleisch in Aspik.

Schinkentaschen in Aspik

Kleinen Kochschinken in Scheiben schneiden, die Scheibe längs halbieren, zur Hälfte mit gegartem, mariniertem Spargel und Eierkuchen bedecken, andere Schinkenhälfte darüberklappen, mit Aspik überziehen, gut durchkühlen. Zwei Taschen als Portion anrichten, mit Kopfsalat und Tomatenachteln garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Weißbrot, Brötchen), Kartoffelsalat, Teigwarensalat, (Hörnchen-, Makkaroni-, Spaghettisalat), Chicoréesalat, Blumenkohlsalat, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Die Schinkentaschen können auch mit Gemüsesalat gefüllt werden.

Schweinefleisch in Aspik

Schweinefleischkonserve (Schweinefleisch im eigenen Saft) so öffnen, daß oben und unten der Deckel entfernt ist, das Fleisch vorsichtig als Block aus der Dose drücken und in dicke Scheiben schneiden. Jede Scheibe in eine mit Weinaspik ausgegossene und mit kleiner Garnitur (Eischeibe, Gurke) ausgelegte Form geben, mit dem Weinaspik auffüllen und gut durchkühlen. Aus der Form stürzen, anrichten und mit Delikateßgurke und Tomatenscheiben garnieren.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Bauernbrot, Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Gemüsepaprikasalat, Selleriesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hinweis: Zur Herstellung des Weinaspiks wird der in der Dose befindliche Fleischaspik mitverwendet.

Schweinszunge in Aspik

Gepökelte Schweinszunge mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Wasser garen, abschrecken, abziehen, erkalten lassen und dabei leicht pressen, in Scheiben schneiden. Formen mit Weinaspik ausgießen, diesen erstarren lassen, kleine Garnitur einlegen, die Zungenscheiben darauf anrichten, mit Gemüsesalat ergänzen, mit Weinaspik auffüllen und gut durchkühlen. Aus der Form stürzen, beim Anrichten mit Delikateßgurke garnieren. Kräutermayonnaise extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat), Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Blumenkohlsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Schweinszunge in Aspik gibt es auch als Konserve (z. B. als Import aus der Ungar. VR). Sie wird in Scheiben geschnitten und mit dem Gemüsesalat angerichtet.

Schweinskopfsülze

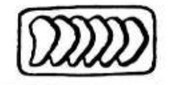
Schweinskopf kochen, abkühlen, entbeinen, in Würfel schneiden, mit Delikateßgurkenwürfeln und feingeschnittenen Zwiebelwürfeln vermengen, mit der Kochbrühe in erforderlicher Menge auffüllen, aufkochen, mit Essig, Pfeffer und Salz kräftig abschmecken. Falls erforderlich (speziell im Sommer), mit aufgelöstem Aspik ergänzen, damit die Sülze gut geliert. Gut durchkühlen, aus der Form stürzen, portionsweise anrichten, mit Essig beträufeln, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln und Salzgurke oder Mixed Pickles garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Damit die Sülze gut geliert, können einige Spitzbeine mitgekocht werden. Dann entfällt die Verwendung von Aspik.

Sülze mit Remouladensoße

Eisbein-, Fleisch- oder Schweinskopfsülze (siehe dort) portionsweise anrichten, zur



Hälfte mit Remouladensoße (siehe dort) überziehen oder die Remouladensoße extra geben, mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln,
Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Sülzkotelett (Grundzubereitung)

Schweinsrücken oder Kasseler Rücken auslösen, mit Suppengemüse garen, gut durchkühlen, in dicke Scheiben schneiden (wie ein Kotelett). Jede Scheibe in eine mit kräftig säuerlich abgeschmecktem Aspik ausgegossene Sülzkotelettform geben, vorher auf den Aspikspiegel eine kleine Garnitur geben, mit dem Aspik auffüllen und gut durchkühlen. Aus der Form stürzen und anrichten.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, gebratene Kartoffeln, Kartoffelsalat, Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es kann noch Remouladensoße oder Kräutermayonnaise als kalte Soße extra gegeben werden.

16.5. Fleisch- und Wurstsalate

Fleischsalat (Italienischer Salat) (Grundzubereitung)

Gebratenes oder gekochtes, mageres Fleisch in Streifen oder Würfel schneiden, mit gewürfelten Delikateßgurken und säuerlichen Äpfeln und Joghurtmayonnaise vermengen, mit Pepper-Sauce, Worcestersauce und etwas Sardellenpaste abschmecken. Beim Anrichten mit Scheiben von hartgekochtem Ei, Kapern und mariniertem Gemüsepaprika oder Delikateßgurke garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Weißbrot, Brötchen), Kopfsalat, gemischter Salat.

Ochsenmaulsalat

Siehe Abschnitt 1.2. Kalte Vorspeisen.

Prager Fleischsalat (ČSSR)

Lauwarme, in Würfel geschnittene Pellkartoffeln mit gleicher Menge würfligem Kochschinken, Gewürzgurken, säuerlichen Apfelwürfeln und etwas Zwiebel sowie wenig heißer Brühe, Salz, Pfeffer und Essig vermengen. Zuletzt mit etwas Mayonnaise vollenden. Gut durchziehen lassen und beim Anrichten mit Eivierteln oder -scheiben garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Weißbrot, Hörnchen, Brötchen, Graubrot).

Rindfleischsalat (Grundzubereitung)

Rinderkochfleisch mit Suppengrün und Lorbeerblatt in Salzwasser garen, entbeinen und erkalten lassen, in Streifen oder Würfel schneiden, mit Weinessig und gehackter Petersilie marinieren und gut durchziehen lassen, mit Tomatenketchup, marinierten Gemüsepaprikastreifen und feingeschnittenen Zwiebelwürfeln vermengen, Salz, Pfeffer und Öl dazugeben und durchziehen lassen. Portionsweise anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei oder gehacktem Ei garnieren und mit feingeschnittener Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Bratkartoffeln,
Kopfsalat, gemischter Salat.

Salat von Schweinsfüßen (Spitzbeinen)

Gesäuberte Spitzbeine mit Suppengemüse und Lorbeerblatt in Salzwasser garen, aus dem Sud nehmen und etwas abkühlen, Fleisch von den Knochen lösen, gut durchkühlen, in Würfel oder Streifen schneiden, mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer und feingeschnittenen Zwiebelwürfeln vermengen, gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten und mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Bratkartoffeln, Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Schinkensalat mit Champignons

Kochschinken in Streifen oder Würfel schneiden, mit Joghurtmayonnaise oder Salatkrem sowie in Scheiben geschnittenen oder geviertelten, gedünsteten Champignons vermengen, mit Zitronensaft und Pfeffer oder Pepper-Sauce abschmecken, gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten, mit Champignonköpfen und marinierten Oliven garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot), Kopfsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Tomaten-Wurst-Salat

Jagdwurst in Streifen oder Würfel schneiden, mit Tomatenmayonnaise, Tomatenwürfeln und Kapern vermengen, gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten, mit gehackter Petersilie und gehacktem, hartgekochtem Ei bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen, Pumpernickel), Bratkartoffeln,
Kopfsalat, gemischter Salat.

Wurstsalat mit Zwiebel (Berliner Wurstsalat)

Senf, Weinessig, Öl, Pfeffer, Salz, gehackte Petersilie und feingeschnittene Zwiebelwürfel zu einer Salatsoße verrühren, in Würfel oder Streifen geschnittene Bockwurst dazugeben, gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei garnieren und mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln,
Kopfsalat, gemischter Salat.

Zungensalat (Salat von Pökelzunge)

Gekochte und abgezogene Pökelzunge gut durchkühlen, in Streifen schneiden, mit gedünsteten Champignons, Perlzwiebeln, Senfmayonnaise, Essig und gehackten Kräutern vermengen und gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten, mit marinierten Champignons oder mariniertem Spargel garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

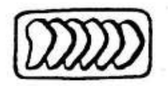
Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Weißbrot, Brötchen, Toast), Kopfsalat, Chicoréesalat, Selleriesalat, Gurkensalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

16.6. Kalte Hackfleischzubereitungen und Wurst

Blut- und Leberwurst, garniert

Landleberwurst und Blutwurst portionieren, im Stück auf kleinem Holzbrett anrichten, mit Delikateßgurke und Radieschen garnieren.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Pum-



pernickel, Weißbrot, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Krautsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Bulette, kalt

Bulette (siehe dort) saftig braten, Fett gut abtropfen, abgekühlt im ganzen oder in Scheiben geschnitten anrichten, mit Delikateßgurke und Tomatenachteln garnieren, Tomatenketchup, Curryketchup oder Senf extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Brötchen, Weißbrot), Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat),
Kopfsalat, Bohnensalat, Krautsalat, Tomatensalat, Gurkensalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Gyulaer Wurst, garniert

Gyulaer Wurst (Import aus der Ungar. VR) in dünne Scheiben schneiden, fächerartig anrichten, mit einem halben, harten Ei mit Garnierkaviar, Kopfsalat, Tomatenachteln und frischer Butter garnieren.

Beilage: Brötchen, Weißbrot, Kümmel- oder Salzstangen bzw. -brötchen,
Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: In gleicher Weise kann eine Salamiplatte oder eine andere Platte mit Dauerwurst angerichtet werden.

Hackepeter

Hackepeter (Schweinehackfleisch) mit Pfeffer, Salz, gehacktem Kümmel und feingeschnittenen Zwiebelwürfeln vermengen, Fleischklößchen daraus formen, portionsweise anrichten, mit Delikateßgurke oder Mixed Pickles garnieren, mit frischer Butter ergänzen.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Bauernbrot, Weißbrot, Brötchen, Krautsalat, Selleriesalat, Bohnensalat, rote Bete, Tomatensalat, gemischter Salat.

Schabefleisch mit Eigelb

Zubereitung wie Tatarbeefsteak, jedoch nicht mit Sardellenringen oder -filets und Kapern garnieren.

Beilage: wie Tatarbeefsteak.

Schweinsleberpastete mit Paprikasahne

Schweinsleberpastete (siehe dort) nach dem Garen durchkühlen, in dünne Scheiben schneiden, portionsweise anrichten, mit Gurkenscheiben und Tomatenachteln garnieren, saure Sahne mit Pritamin (Paprikamark, Import aus der Ungar. VR), Zitronensaft und edelsüßem Paprika als Soße aufschlagen und extra geben.

Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Bauernbrot, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat),
Kopfsalat, Krautsalat, Sauerkrautsalat, Bohnensalat, Selleriesalat, rote Bete, gemischter Salat.

Speckhackbraten mit Senfsahne

Speckhackbraten (siehe dort) nach dem Garen gut durchkühlen, portionsweise anrichten, mit Mixed Pickles und Kopfsalat garnieren, saure Sahne mit Senf und feingeschnittenem Schnittlauch zu einer kalten Soße verrühren und extra geben.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Brötchen, Weißbrot, Kümmel- oder Salzstangen), Kartoffelsalat, Bratkartoffeln,
Krautsalat, Gemüsepaprikasalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: In gleicher Weise können auch andere Arten von Hackbraten angerichtet und kombiniert werden.

Tatarbeefsteak

Rinderschabefleisch frisch zubereitet portionsweise in Form eines Beefsteaks an-

richten, in die Mitte der Portion ein eigroßes Loch drücken, ein Eigelb hineingleiten lassen, mit Sardellenstreifen oder -ringen und Kapern belegen, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln und Delikateßgurke umlegen, frische Butter extra.

Beilage: Graubrot, Weißbrot, Kopfsalat, Krautsalat, Bohnensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Wurstplatte, gemischt

Verschiedene Sorten Wurst in dünne Scheiben schneiden, gemeinsam anrichten, mit Erdnußflips, Delikateßgurke und Tomatenachteln garnieren, frische Butter extra.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Weißbrot, Brötchen), Salatteller.

17. Kalte Speisen auf Käsebasis und aus Quark

17.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe kalte Speisen auf Käsebasis und aus Quark

Kalte Speisen auf Käsebasis und aus Quark bestehen aus einer kalten Speisenkomponente, in deren Zusammensetzung Käse oder Quark (Weißkäse) dominiert und somit artbestimmend ist. Wenn diese Komponente mit einer Salat- oder Sättigungsbeilage kombiniert wird, entsteht ein *kaltes Gericht.* Kleinere Portionen ergeben *kalte Vorspeisen.* Dabei können kleine Käseportionen in Scheiben gegeben oder der Käse unterschiedlich verarbeitet werden (z. B. Käsebissen, Käsehappen usw. – s. auch Abschnitt 1.2. Kalte Vorspeisen).
Die große Zahl der Käsesorten ermöglicht es, nach Geschmack und Nährwert sehr unterschiedliche kalte *Speisen auf Käsebasis* anzubieten. Da Käse bereits verzehrreif ist, bedarf er an sich keiner aufwendigen weiteren Bearbeitung. Deshalb sind vor allem zwei *Grundvarianten* für die kalten Speisen auf Käsebasis verbreitet: entweder den Käse in Scheiben zu schneiden, anzurichten und zu garnieren oder ihn im Stück mit einer kleinen Garnitur anzurichten. So sind diese Speisen sehr rationell zuzubereiten, da es eigentlich nur um ein einfaches Anrichten geht. Weiterhin werden Käsesalate zubereitet, indem Schnittkäse in Streifen oder Würfel geschnitten und mit verschiedenen Zutaten vermengt wird. Ähnlich ist es bei *Quark,* der als kalte Speisenkomponente in verschiedenen Varianten mit Zutaten verrührt und angerichtet wird. Im folgenden Text werden deshalb nur einige Grundvarianten aufgeführt, und es wird darauf verzichtet, die gleichen Anrichtevarianten immer wieder anhand anderer Käsesorten zu wiederholen.
Als *Sättigungsbeilage* für kalte Speisenkomponenten dienen verschiedene Brotsorten, vor allem dunkle Brotsorten und Spezialbrote, wie Pumpernickel.
Kalte Speisen auf Käsebasis können aus den unterschiedlichen Käsesorten der Gruppen

Doppelrahmkäse	Fettgehalt mindestens 60% i. T.[1]
Rahmkäse	Fettgehalt mindestens 50% i. T.
Vollfettkäse	Fettgehalt mindestens 45% i. T.

[1] i. T. heißt in Trockenmasse

Fettkäse	Fettgehalt mindestens 40% i. T.
Dreiviertelfettkäse	Fettgehalt mindestens 30% i. T.
Halbfettkäse	Fettgehalt mindestens 20% i. T.
Viertelfettkäse	Fettgehalt mindestens 10% i. T.
Magerkäse	Fettgehalt weniger als 10% i. T.

zubereitet werden.
Durch die Beilagen läßt sich der *Nährwert* kalter Speisen auf Käsebasis und aus Quark weiterhin unterschiedlich gestalten. Einige Beispiele für den unterschiedlichen *Energiegehalt* von kalten Speisen auf Käsebasis und aus Quark:[1]

Quark, gewürzt, mit Butter und Graubrot	2 510 kJ (600 kcal)
Roquefortkäse, garniert, Butter, verschiedenes Brot	3 560 kJ (850 kcal)
Gemischte Käseplatte, garniert, Butter, Brot	3 770 kJ (900 kcal)

Im folgenden Text werden die Rezeptbeispiele für diese Gruppe gegliedert in

kalte Speisen auf Käsebasis, kalte Speisen aus Quark.

17.2. Kalte Speisen auf Käsebasis

Camembert mit Butter und Brot

Camembert auf einem kleinen Holzbrett anrichten, mit Kopfsalat und Tomatenachteln garnieren, frische Butter dazugeben.

Beilage: Graubrot, Bauernbrot, Pumpernickel, Rettichsalat, Radieschensalat, Tomatensalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Hinweis: In gleicher Art können andere Käse, wie Briekäse, Altenburger Ziegenkäse, angeboten werden.

Edelpilzkäse mit Nüssen

Edelpilzkäse in dicke Scheiben schneiden, auf Holzbrett anrichten, mit Walnußkernen und Weintrauben garnieren, frische Butter dazugeben.

Beilage: Graubrot, Bauernbrot, Pumpernickel, Kopfsalat, Gurkensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Hinweis: Anstelle von Weintrauben können auch gut ausgereifte, saftige Birnen, geschält und halbiert, gegeben werden.

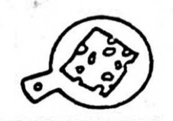
Halven Hahn

Siehe Handkäse auf Roggenbrötchen.

Handkäse auf Roggenbrötchen (Halven Hahn)

Roggenbrötchen aufschneiden, mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen,

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972



Harzer Käse oder anderen Sauermilchkäse im Stück darauf geben, mit Senf bestreichen.

Hinweis: Handkäse auf Roggenbrötchen wird meist ohne Beilage gegeben, es eignet sich jedoch auch ein Frischkostsalat (vor allem Rettich) dazu.

Käsebissen

Zubereitung wie gleichnamige Vorspeise (siehe Abschnitt 1.2.5. Kalte Vorspeisen auf Eier- und Käsebasis).

Käsebrot, garniert

Graubrotscheibe oder Pumpernickelscheibe mit Butter bestreichen, mit einer dicken Scheibe Schnittkäse belegen, mit Radieschenscheiben garnieren, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Tomatensalat, Bohnensalat, Chicoréesalat, gemischter Salat.

Käse in Tomaten

Schnittkäse in Würfel schneiden, mit Kochschinkenwürfeln und Senfmayonnaise vermengen, in ausgehöhlte, leicht gesalzene Tomaten füllen, mit Schnittlauch bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Weißbrot, Brötchen), Bratkartoffeln, Kartoffelsalat, Teigwarensalat (Hörnchen-, Spaghetti- oder Makkaronisalat).

Käseplatte

Verschiedene Sorten Schnittkäse in Scheiben schneiden, fächerartig anrichten, mit Sauermilchkäse (Harzer) oder Ziegenkäse im Stück und etwas Käsesalat ergänzen, mit Salzstangen oder -brezeln sowie Tomatenachteln und frischer Butter garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Roggenbrötchen, Salz- oder Kümmelbrötchen), Rettichsalat, Radieschensalat, Tomatensalat, Kopfsalat, gemischter Salat.

Hinweis: Es sind sehr unterschiedliche Käsekombinationen bei Käseplatten möglich; es ist jedoch immer auf die Auswahl von mehreren Sorten unterschiedlicher Geschmacksrichtung zu achten.

Käsesalat mit Birnen

Butterkäse in feine Würfel schneiden, mit Scheibchen von geschälten Birnen und marinierten Gemüsepaprikastreifen sowie Joghurtmayonnaise vermengen, gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und Tomatenachteln garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel), Kopfsalat, Salatteller.

Käsesalat mit Champignons

Schnittkäsewürfel mit Champignonscheiben, Scheiben von hartgekochten Eiern und leichter Tomatenmayonnaise vermengen, mit Zitrone abschmecken, gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten, mit Salzbrezeln und Radieschenscheiben garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Toast), Kopfsalat, Tomatensalat, gemischter Salat.

Käsesalat mit Ei

Schnittkäsewürfel, Scheiben von hartgekochtem Ei, kleine Würfel von Delikateßgurke und feingeschnittenen Schnittlauch mit einer Salatsoße aus Öl, Zitronensaft, Senf, Paprika und einer Prise Salz vermengen. Portionsweise anrichten und mit Vierteln von hartgekochten Eiern sowie marinierten Gemüsepaprikastreifen garnieren.

Käsesalat mit Orangen und Apfel

Streifen von Sauermilchkäse mit Orangenwürfeln sowie in Zitronensaft marinierten Apfelstreifen vermengen, mit Joghurtmayonnaise binden, portionsweise anrichten, mit gehackten Nüssen bestreuen, mit Tomatenachteln garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Sauermilchbrot, Kümmel- oder Salzbrötchen), Kopfsalat, Krautsalat, Rettichsalat, Gemüsepaprikasalat, gemischter Salat.

Stangenkäse auf Gänsefettbemmchen

Graubrotscheibe mit Gänseschmalz bestreichen, mit Scheiben von Stangenkäse (Sauermilchkäse) belegen, mit Salzbrezeln garnieren.

Beilage: Krautsalat, Rettichsalat, Radieschensalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Tiefländer Käse, garniert

Tiefländer Käse in dünne Scheiben schneiden, fächerartig anrichten, leicht mit Paprika bestreuen, mit Salzbrezeln, Erdnußflips und Tomatenachteln sowie frischer Butter umlegen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Kümmelstangen).

17.3. Kalte Speisen aus Quark

Delikateßquark mit Gurke

Magerquark mit saurer Sahne, Reibekäse und Würfelchen von Delikateßgurke verrühren, mit Salz, Pfeffer, edelsüßem Paprika und einer Spur Knoblauchpulver abschmecken. Portionsweise anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit frischer Butter ergänzen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Bauernbrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot), Petersiliekartoffeln, Kopfsalat, Gurkensalat, Tomatensalat, Rettichsalat, gemischter Salat.

Kümmelquark

Siehe Quark, gewürzt.

Meerrettichquark

Quark mit saurer Sahne, geriebenem Meerrettich, Kümmel, feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Salz und Paprika schaumig rühren. Portionsweise anrichten, mit Delikateßgurke garnieren, frische Butter dazugeben.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Bauernbrot, Buttermilchbrot), Gemüsepaprikasalat, Krautsalat, Selleriesalat, Bohnensalat, gemischter Salat.

Möhrenquark mit Leinöl

Quark mit Milch, frischem Leinöl, feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, Salz, Kümmel, feingeschnittenem Schnittlauch und geraspelten Möhren gut verrühren. Portionsweise anrichten, mit Tomatenvierteln garnieren, mit frischer Butter ergänzen.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Bauernbrot, Pumpernickel), Kopfsalat, gemischter Salat.

Pikanter Quark

Quark mit saurer Sahne, Salz, Pfeffer und Senf gut verrühren, Würfel von magerem Kochschinken, Delikateßgurke, marinier-



tem, rotem Gemüsepaprika, gehacktes Ei und feingeschnittenen Schnittlauch daruntermengen. Portionsweise anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und roten Gemüsepaprikastreifen garnieren, frische Butter dazugeben.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Bauernbrot, Pumpernickel), Pellkartoffeln,
Kopfsalat, Tomatensalat, Rettichsalat, Selleriesalat, gemischter Salat.

Quark, gewürzt

Quark mit Milch, Pfeffer, Salz, Kümmel gut verrühren. Portionsweise anrichten, mit feingeschnittenen Zwiebelwürfeln bestreuen, frische Butter dazugeben.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Bauernbrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel).

Quark mit Leinöl

Zubereitung wie Quark, gewürzt, beim Anrichten jedoch mit frischem Leinöl beträufeln.

Beilage: wie Quark, gewürzt.

Tomatenquark

Quark mit Milch, Salz, Pfeffer, feingeschnittenem Schnittlauch und Tomatenmark verrühren. Portionsweise anrichten, mit Scheiben von hartgekochtem Ei, Tomatenachteln und frischer Butter garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Bauernbrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel), Kopfsalat, gemischter Salat.

18. Kalte Speisen auf Gemüsebasis und gemischte kalte Speisen

18.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe kalte Speisen auf Gemüsebasis und gemischte kalte Speisen

In dieser Gruppe sind sehr unterschiedliche kalte Speisen zusammengefaßt. Es lassen sich daraus zwei große Gruppierungen ableiten: die kalten Speisen auf Gemüsebasis und die gemischten kalten Speisen.

Kalte Speisen auf Gemüsebasis sind solche, bei denen in der Zusammensetzung Gemüse dominiert und somit artbestimmend ist. Dabei kann es sich sowohl um rohe, zubereitete Gemüse in Form von Frischkost, aber auch um gegarte Gemüse handeln, die, unterschiedlich zubereitet, kalt verzehrt werden. Es handelt sich auch um Frischkostsalate. Sie unterscheiden sich mitunter nicht in der Zusammensetzung von denen, die als Salatbeilage mit einer Eier-, Geflügel-, Fisch-, Schlachtfleisch- oder Wildkomponente kombiniert werden. Allerdings wird bei einer kalten Speise auf Gemüsebasis die Portion größer bemessen als bei einer Salatbeilage. Vielfach handelt es sich um Zubereitungen, die auch als kalte Vorspeise gegeben werden. Hierbei sind als kalte Speise auf Gemüsebasis ebenfalls die Portionen größer. Im folgenden Text werden nur einige Grundzubereitungen aufgeführt; weitere Rezeptbeispiele sind unter Beachtung der vorstehenden Hinweise dem Abschnitt 1.2.9. Kalte Vorspeisen auf der Basis von Obst und Gemüse und dem Abschnitt 12.4. Salatbeilagen zu entnehmen.

Gemischte kalte Speisen sind solche, bei denen bei der Zusammensetzung kein Lebensmittel so stark einbezogen wurde, daß es artbestimmend ist. Es sind also solche kalten Speisen, die in keine der anderen Gruppen von kalten Speisen einzuordnen sind. Meist handelt es sich dabei um Mischsalate oder um sog. gemischte kalte Platten. Im folgenden Text werden dafür einige Beispiele angeführt, die Anregung zu weiteren Kombinationen geben können. Es lassen sich sehr unterschiedliche Variationen von Mischsalaten und gemischten kalten Platten zusammenstellen. Sie können deshalb den verschiedenen Bedarfswünschen recht gut angepaßt werden.
Nachstehend werden die Rezeptbeispiele untergliedert nach den beiden Untergruppen

kalte Speisen auf Gemüsebasis, gemischte kalte Speisen.



18.2. Kalte Speisen auf Gemüsebasis

Blumenkohl mit Ei und Tomatensoße

Bißfest gekochten Blumenkohl in gefettetes, feuerfestes Gefäß geben, mit Eierstichmasse, die mit Reibekäse verrührt ist, auffüllen, im Wasserbad garziehen. Erkalten lassen, portionieren, beim Anrichten mit kalter Tomatensoße (siehe dort) überziehen und mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Knäckebrot, Roggenkeks, Bratkartoffeln, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat).

Hinweis: 1. Die Eierstichmasse kann auch anders geschmacklich variiert werden (z. B. mit gehackten Kräutern oder einem Gemüsepüree).
2. Blumenkohl mit Ei und Tomatensoße wird auch in Portionsgefäßen gargezogen und in diesen serviert.

Blumenkohl mit Kräutersoße

Blumenkohl in Salzwasser garen, abkühlen, portionieren, beim Anrichten mit Kräutermayonnaise überziehen, mit Tomatenscheiben und Erdnußflips garnieren, mit gehackter Petersilie oder feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Knäckebrot, Roggenkeks, Käsetoast, Bratkartoffeln, Teigwarensalat (Hörnchen-, Makkaroni- oder Spaghettisalat).

Hinweis: Es werden auch andere kalte Soßen (z. B. Senfsoße, Paprikasoße) verwendet.

Bohnen mit Dillrahm

Brechbohnen in gesalzenem und gesäuertem Fond dünsten, abkühlen, mit Tomatenwürfeln, Pfeffer und Salz vermengen, portionsweise anrichten. Saure Sahne mit gehacktem Dill vermengen, die Bohnen mit dieser Soße überziehen und mit Scheiben von hartgekochtem Ei und frischer Butter garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Knäckebrot, Roggenkeks), Bratkartoffeln.

Gemüsesalat (Grundzubereitung)

Verschiedene gegarte Gemüse (in Würfel oder Streifen zerkleinern) mit Senfmayonnaise oder Salatkrem vermengen, mit Zitronensaft und Salz abschmecken, gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten, mit gehackten Kräutern bestreuen, mit Tomatenachteln oder Eiervierteln und frischer Butter garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Knäckebrot), Bratkartoffeln.

Gemüsesalat mit Ei und Champignons

Streifen von gedünstetem Porree, Möhren, Tomatenscheiben, geraspelte Salatgurke, Streifen von Kopfsalat, gedünstete Champignons sowie Scheiben von hartgekochtem Ei mit Joghurtmayonnaise oder Salatkrem, gehacktem Dill und wenig Knoblauchpulver sowie Zitronensaft vermengen, gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten, mit gehackten Nüssen und Petersilie bestreuen, mit Tomatenachteln und frischer Butter garnieren.

Beilage: verschiedene Brotsorten (Graubrot, Buttermilchbrot, Knäckebrot, Roggenkeks), Bratkartoffeln.

Möhrenmüsli

Haferflocken in Zitronensaft einweichen und einige Zeit weichen lassen, mit gehobeltem Apfel, feingeriebenen Möhren, gehackten Nüssen, Zucker und Milch (auch Kondensmilch) zu einem nicht zu festen

Brei verrühren, gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten und mit eingeweichten Sultaninen bestreuen.

Beilage: Knäckebrot, Roggenkeks, Buttertoast.

Möhrenstulle, pikant

Feingeraspelte Möhren mit Kräutermayonnaise, geriebenem Meerrettich und feinen Zwiebelwürfeln vermengen. Auf eine mit Butter bestrichene Graubrotscheibe geben, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen und mit Gurkenscheiben garnieren.

Beilage: Kopfsalat, Chicoréesalat.

Müsli

Siehe Möhrenmüsli.

Radieschenstulle

Graubrotscheibe mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, gewürzten Quark daraufgeben, dick mit Radieschenscheiben belegen, leicht salzen und mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Kopfsalat.

Tomatenstulle

Graubrot mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, dick mit Tomatenscheiben belegen, leicht salzen, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, Chicoréesalat.

Salatplatte (Grundzubereitung)

Auf Glasplatte Tomatenscheiben anrichten, leicht salzen und mit Essig beträufeln, weiterhin Bohnensalat, Krautsalat, Gurkensalat und Blumenkohlsalat auf der Platte gefällig anrichten, mit Eierachteln garnieren, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Buttermilchbrot, Knäckebrot, Bratkartoffeln.

Hinweis: Es sind sehr unterschiedliche Kombinationen von Salat auf einer Salatplatte möglich; immer ist jedoch auf eine reiche Auswahl verschiedener Salate zu achten.

18.3. Gemischte kalte Speisen

Bohnensalat mit Schinken

Bohnen im Einweichwasser garen, abkühlen und gut abtropfen, mit Streifen von gekochtem Schinken, Salz, Pfeffer, feingeschnittenen Zwiebeln, Essig, Öl und gehackten Kräutern vermengen, gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen und mit Tomatenachteln garnieren.

Beilage: Graubrot, Bauernbrot, Pumpernickel, Bratkartoffeln, Kopfsalat.

Fleischsalat mit Hering, gemischt

Würfel oder Streifen von gegartem Hühnerfleisch, Schweine- oder Kalbfleisch, Delikateßgurke, gewässertem Salzhering und mariniertem Gemüsepaprika mit Senfmayonnaise vermengen und gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten, mit Kapern, marinierten Perlzwiebeln sowie Sardellenringen oder -filets garnieren.

Beilage: Graubrot, Bauernbrot, Pumpernickel,
Krautsalat, Selleriesalat, Bohnensalat, Kopfsalat.

Gemüsesalat mit Chicorée und Eihälften

Gegarte Selleriestreifen mit Chicoréestreifen und Würfeln von roter Rübe, feingeschnittenen Zwiebelwürfeln, gehackter



Petersilie, Weinessig, Öl, Pfeffer und Salz vermengen, gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten, mit halben, hartgekochten Eiern ergänzen.

Beilage: Graubrot, Bauernbrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Bratkartoffeln.

Gervaisapfel mit Braten

Ausgehöhlten, säuerlichen, mit Gervaiskrem gefüllten Apfel gemeinsam mit kleinen Bissen von Bratgeflügel, Schweine- oder Kalbsbraten und Kasseler Rücken anrichten, mit Tomatenachteln, Kopfsalat und frischer Butter garnieren.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Bauernbrot, Kopfsalat, gemischter Salat.

Makkaronisalat mit Gemüse und Ei

Makkaroni in leicht gesäuertem Salzwasser bißfest garen, abschrecken und gut abtropfen, mit gedünsteten Möhrenwürfeln, Erbsen, Tomatenwürfeln und Streifen von Jagdwurst sowie Senfmayonnaise vermengen, gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten, mit Scheiben oder Achteln von hartgekochten Eiern umlegen, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Graubrot, Bauernbrot, Buttermilchbrot, Pumpernickel, Kopfsalat, gemischter Salat.

Platte, gemischt I

Auf einer Platte kleine Bissen oder Scheiben von verschiedener Wurst, Bratgeflügel, Räucherfisch oder Fisch in pikanter Soße (in Tomatensoße, Senfsoße), hartgekochtes Ei und Käse anrichten, mit Kopfsalat, Tomate, Delikateßgurke und frischer Butter garnieren.

Beilage: Graubrot, Buttermilchbrot, Weißbrot.

Platte, gemischt II

Mit Eiersalat gefüllte Tomate, kalten Braten, Schinkenröllchen, Heringssalat oder Gabelbissen und Käsesalat auf einer Platte anrichten, mit Delikateßgurke und frischer Butter garnieren.

Beilage: Graubrot, Pumpernickel, Weißbrot, Kopfsalat, gemischter Salat.

Tomaten-Ei-Stulle

Graubrotscheibe mit Butter oder Delikateßmargarine bestreichen, abwechselnd mit Tomatenscheiben und Scheiben von hartgekochtem Ei belegen, mit Sardellenstreifen oder -ringen garnieren, mit feingeschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Beilage: Kopfsalat, gemischter Salat.

Waldorf-Salat

Bißfest gegarten Sellerie in feine Streifen (Julienne) schneiden, mit Streifen von säuerlichen Äpfeln, Nußkernen und Joghurtmayonnaise oder Salatkrem vermengen, gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen und mit Walnußkernen garnieren.

Beilage: Graubrot mit Butter, gebutterter Toast, Knäckebrot, Roggenkeks.

Hinweis: Waldorf-Salat wird auch vor allem als Beilage zu kalten Wildbretkomponenten oder zur Füllung von kaltem Wildbret verwendet.

19. Süßspeisen

19.1. Charakteristik und Grundlagen der Gruppe Süßspeisen

Süßspeisen sind warme oder kalte süße Speisen, die meist als Nachtisch verzehrt werden. Die Bezeichnungen *Nachtisch, Nachspeise* oder *Dessert* sind ebenfalls verbreitet, obwohl sie lediglich besagen, daß es sich um eine Speise handelt, die als letzte in einer Speisenfolge verzehrt wird. Ein Nachtisch muß jedoch keine süße Speise sein; beispielsweise ist es weit verbreitet, als letzte Speise einer Speisenfolge Käse zu verzehren. Andererseits kann eine Süßspeise auch als Imbiß oder Erfrischung verzehrt werden.

Die Zahl der Süßspeisen ist sehr groß, und es entstehen durch andere Zusammensetzung oder Zubereitung ständig neue. Der Artenreichtum der Süßspeisen ermöglicht ein reichhaltiges Angebot und eine Anpassung an unterschiedlichen Bedarf. Für alle Süßspeisen charakteristisch ist jedoch ihr typischer Eigengeschmack, der durch die Süße nur unterstrichen werden soll. Süßspeisen sollten deshalb nur wenig gesüßt werden.

Die Einteilung der Süßspeisen kann sehr unterschiedlich vorgenommen werden. Die einfachste und klarste ist zunächst die Einteilung in die beiden großen Gruppen nach der Verzehrtemperatur, nämlich *kalte* und *warme Süßspeisen*. Innerhalb dieser Gruppen ist dann weiter zu unterteilen, um eine klarere und bessere Übersicht über die große Zahl der Süßspeisen zu erlangen. Während früher die warmen Süßspeisen im Vordergrund standen, ist ihr Angebot heute nicht mehr dominierend. Vielmehr werden kalte Süßspeisen bevorzugt, wenn sie nicht durch Frischobst oder Speiseeis als sehr beliebte Nachtische ersetzt werden. Jedoch ist auch das verarbeitete Obst in unterschiedlicher Zubereitung, beginnend beim Kompott bis zu den Fruchtkrems, Obstsalaten oder für Speiseeiszubereitungen, für die Süßspeisenzubereitung von großer Bedeutung. Es unterstützt durch seine Zusammensetzung (speziell die Fruchtsäuren) die Grundforderung nach energiearmen, erfrischenden Süßspeisen mit angenehmem Geschmack.

Der *Nährwert* ist infolge der unterschiedlichen verwendeten Lebensmittel und der Zubereitungsarten bei den Süßspeisen sehr unterschiedlich. Obwohl die erste Forderung an eine Süßspeise der niedrige Energiegehalt ist, da sie lediglich den Abschluß einer Mahlzeit darstellen – also den Eßgenuß abrunden – soll, gibt es auch zahlreiche Süßspeisen mit hohem Energiegehalt. Vielfach ist das auf die Verwendung von Schlagsahne zurückzuführen. Es ist abzuwägen, ob der zweifellos beliebte Einsatz von Schlagsahne immer richtig ist oder nicht besser unterbleibt.



Einige Beispiele für den unterschiedlichen *Energiegehalt* von Süßspeisen (einschließlich Kompotten):[1]

Apfelstücke	145 kJ (35 kcal)
Orangenkrem	670 kJ (160 kcal)
Mokkakrem	815 kJ (195 kcal)
Flammeri mit Fruchtsoße	960 kJ (230 kcal)
Palatschinken	960 kJ (230 kcal)
Weinschaum	1 000 kJ (240 kcal)
Omelett mit Konfitüre	1 840 kJ (440 kcal)

Die *Zubereitung* von Süßspeisen ist heute durch Halbfabrikate und Fertigerzeugnisse aus industrieller Produktion stark vereinfacht. Gebäcke werden fast ausschließlich von den Back- und Konditoreiwarenbetrieben bezogen und nicht mehr selbst hergestellt. Immer stärker setzt sich auch die Konzentration der Speiseeisproduktion durch. Aus der Milchwirtschaft werden hochwertige Quarkspeisen zur Verfügung gestellt. In den Küchen verbleibt deshalb in vielen Fällen nur noch das Vollenden.
Im folgenden Text wird nach kalten und warmen Süßspeisen unterteilt. Manche der aufgeführten Rezeptbeispiele sind nach der Sortiments- und Abrechnungsnomenklatur keine Speisen (z. B. Speiseeis), sondern zählen zum Nichtspeisensortiment. Sie sind jedoch mit wenigen Beispielen aufgenommen worden, da sie im Speisenangebot häufig anstelle von Süßspeisen eingesetzt werden.
Vielfach werden zu Süßspeisen warme oder kalte Soßen gesondert gegeben, oder die Süßspeisen werden beim Anrichten mit ihnen überzogen.
Die verbreitetsten *Süßspeisensoßen* sind:

Orangenschaumsoße, Weinschaumsoße (siehe dort), bei deren Herstellung ein Teil des Weißweines durch Orangensaft ersetzt wird,
Erdbeerschaumsoße,
Weinschaumsoße (siehe dort), bei deren Herstellung ein Teil des Weines durch Erdbeersaft oder Erdbeermark ersetzt wird.

Erbeersoße

Frische, gesäuberte Erdbeeren einzuckern, gut durchziehen lassen, passieren, mit Fruchtsaft verdünnen und mit Zitronensaft abschmecken.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, den Fruchtsaft teilweise durch Rotwein zu ersetzen.

Fruchtsoße (Grundzubereitung)

Beeren- oder Steinobst mit Zucker und wenig Wasser dünsten, durch ein Sieb

[1] Berechnet nach der Sortimentskartei der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und dem Nährwertkatalog zur Sortimentskartei – herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegung – Berlin 1972

streichen, nach Bedarf verdünnen und gut abkühlen.

Hinweis: Es bestehen mehrere Zubereitungsvarianten, z. B. kann Fruchtsoße auch aus Marmelade hergestellt werden. Es ist auch üblich, die Fruchtsoße mit Dessertwein oder einem Likör abzuschmecken.

Haselnußsoße

Geröstete Haselnußkerne reiben, mit geriebener Schokolade oder mit Kakao vermengen, mit kochendheißer Vanillesoße übergießen, gut verrühren und durchziehen lassen.

Himbeersoße

Gesäuberte Himbeeren einzuckern, durchziehen lassen, durch ein Sieb streichen, mit Fruchtsaft verlängern.

Hinweis: Wird auch aus Himbeermark oder Himbeerkonfitüre zubereitet.

Mandelsoße

Geriebene Mandeln mit Milch aufkochen, süßen und mit angerührter Stärke (oder Mandelpuddingpulver) abziehen, damit eine sämige Soße entsteht.

Hinweis: Es ist auch üblich, die Soße noch mit Eigelb zu legieren.

Orangensoße

Orangenmarmelade mit Fruchtsaft verrühren und durch ein Sieb streichen, Orangenstreifen oder -würfel als Einlage hineingeben und mit Curaçao abschmecken.

Schokoladensoße I

Milch und Zucker erhitzen, mit angerührtem Kakaopulver und Soßenpulver abziehen, passieren.

Schokoladensoße II

Blockschokolade reiben, im Wasserbad erhitzen, bis sie zu schmelzen beginnt, verrühren, bis eine sämige Soße entsteht.

Vanillesoße

Milch mit Zucker und Vanillestangen zum Kochen bringen, mit Vanillesoßenpulver abziehen, passieren.

Hinweis: Es ist auch üblich, die Soße noch mit Eigelb zu legieren.

19.2. Kalte Süßspeisen

Kalte Süßspeisen sind unterschiedliche süße Speisen, denen gemeinsam ist, daß sie kalt verzehrt werden. Es ist deshalb auf eine richtige Temperierung vor der Ausgabe bzw. dem Servieren zu achten. Die Einteilung der kalten Süßspeisen kann unterschiedlich erfolgen. Im folgenden Text werden sie eingeteilt in

Fruchtsüßspeisen, Fruchtsalate, Kompotte,
Krems, Flammeris, Quarkspeisen,
Speiseeis und Speiseeiszubereitungen.

Kompotte ist die Bezeichnung für gedünstete oder auf andere Art gegarte Früchte. Sie gelangen meist als Sterilkonserven in die Küchen, sind dann bereits anrichtefertig und brauchen lediglich noch portionsweise angerichtet zu werden. Beim Selbstzubereiten von Kompotten werden die verlesenen und gesäuberten Früchte mit wenig Wasser und Zucker gedünstet und, nachdem sie erkaltet sind, angerichtet. *Gemischte Kompotte* sind



Zusammenstellungen mehrerer, verschiedener Früchte. Kompotte werden häufig auch anstelle von Süßspeisensoßen zu Flammeris oder anderen Süßspeisen gegeben. Im folgenden Text wird auf Kompotte nicht mehr eingegangen.
Speiseeis wird in zunehmendem Maße als industriell produziertes Erzeugnis (teilweise bereits portioniert und garniert) geliefert. Auf die einzelnen Speiseeissorten wird im folgenden Text nicht mit Rezepten eingegangen. Es werden jedoch einige Rezeptbeispiele für die weitere Zubereitung bzw. das Anrichten von Speiseeis als Eisbecher oder Sorbet gegeben. Ebenfalls sind einige Beispiele für die Kombination von flambierten Früchten mit Speiseeis im Unterabschnitt Flambierte Früchte aufgeführt.
Bei *flambierten Früchten* besteht die Grundzubereitung darin, die Früchte in einer sog. Flambierpfanne zu erhitzen und mit einer Spirituose (z. B. Pfirsichgeist, Rum, Weinbrand) zu flambieren. Dafür werden einige Beispiele aufgeführt; nach diesen können auch andere, nicht aufgeführte Früchte flambiert werden.

Fruchtsüßspeisen, Fruchtsalate, Kompotte

Ananas mit Sahne

Ananaswürfel (Konserve) oder einen Ananasring mit etwas Sirup aus der Konserve anrichten, mit Schlagsahnetupfen und kleinen Makronen garnieren.

Apfel im Schlafrock

Säuerliche Äpfel schälen und Kerngehäuse ausstechen, mit geweichten Rosinen, Mandelsplittern und Zucker füllen, auf etwa $^1/_2$ cm dick ausgerolltes Blätterteigviereck setzen, dieses von den Ecken nach der Mitte zu einschneiden und über dem Apfel zusammenschlagen, gut andrücken (Kanten vorher mit Milch leicht anfeuchten), mit Teigornamenten garnieren, mit in Milch aufgelöstem Eigelb bepinseln, goldgelb im Ofen backen, abkühlen lassen und mit Zuckerglasur überziehen.

Hinweis: Apfel im Schlafrock kann auch als warme Süßspeise verzehrt werden.

Apfelspeise mit Vanillesoße

Apfelmus (kann auch aus Falläpfeln selbst zubereitet werden) erhitzen und nach Geschmack süßen, mit aufgelöster Gelatine gut verrühren, in ausgespülte Form geben und gut durchkühlen, stürzen und mit Vanillesoße anrichten.

Aprikosenapfel

Säuerliche Äpfel schälen, Kerngehäuse ausstechen und Äpfel in wenig Zuckerwasser dünsten, abkühlen lassen, auf Sockel aus Grießflammeri (siehe dort) anrichten, mit geweichten Rosinen füllen, mit aufgelöster Aprikosenmarmelade überziehen.

Hinweis: Die Aprikosensoße wird auch leicht mit Weinbrand abgeschmeckt.

Banane mit Sahne

Banane schälen, in Scheiben schneiden, auf Glasteller anrichten, mit Kirschwasser oder Pfirsichgeist beträufeln, mit Schlagsahnetupfen garnieren.

Hinweis: Wird auch ohne Alkohol zubereitet, indem die Bananenscheiben mit Zitronensaft beträufelt werden.

Birne auf Zitronenkrem

Gedünstete, vom Kerngehäuse befreite Birnenhälfte auf Zitronenkrem (siehe dort) anrichten, mit Erdbeermark überziehen, mit Mandelsplittern bestreuen, mit Löffelbiskuit oder kleinen Makronen garnieren.

Hinweis: Sind die Birnen weich und saftig, kann auf das Dünsten verzichtet werden.

Erdbeeren, gezuckert

Erdbeeren säubern, gut waschen, abtropfen, mit Zucker bestreuen, auf Glasteller anrichten, gut durchkühlen.

Erdbeeren in Grießrand

Aus Masse für Grießflammeri (siehe dort) in kleiner Randform Grießrand herstellen, auf Teller stürzen, mit gezuckerten Erdbeeren füllen, mit Schlagsahnetupfen garnieren und mit gerösteten Mandelsplittern bestreuen.

Erdbeeren mit Ananas

Erdbeeren säubern, waschen und gut abtropfen, zuckern, mit Ananasstücken oder -raspeln anrichten, mit Schlagsahnetupfen garnieren.

Erdbeeren mit Curaçaoschaum

Gesäuberte, gewaschene und gut abgetropfte Erdbeeren mit Orangensaft und Staubzucker marinieren. Weinschaumsoße (siehe dort) mit Curaçao abschmecken, mit aufgelöster Gelatine versetzen. Die gutgekühlten Erdbeeren in Glasschalen oder Kelchgläsern anrichten, mit dem Curaçaoschaum überziehen und gut durchkühlen, Löffelbisquit extra.

Erdbeeren mit Schlagsahne

Erdbeeren säubern, waschen und gut abtropfen, mit Zucker bestreuen und gut durchziehen lassen, auf Glasteller mit dem sich bildenden Zuckersaft anrichten, gut durchkühlen, mit Schlagsahnetupfen garnieren.

Hinweis: Es werden vor allem mittelgroße Erdbeeren verwendet. Große Erdbeeren halbieren oder vierteln.

Erdbeeren mit Zucker und Milch

Erdbeeren säubern, waschen und gut abtropfen, mit Zucker bestreuen, gut durchziehen lassen, mit Milch übergießen und portionsweise anrichten.

Erdbeersalat

Gesäuberte, gewaschene und gut abgetropfte Erdbeeren in Scheiben schneiden, mit Ananasraspeln und Staubzucker vermengen, mit etwas Kirschwasser und Maraschino marinieren und gut kühlen. In Glasschälchen anrichten, obenauf eine Kugel Vanilleeis geben, mit Erdbeermark überziehen und mit Makronenbröseln bestreuen.

Früchte in Gelee (Weingelee)

Gesüßtes Rot- oder Weißweingelee zubereiten, Kelchglas damit am Boden bedecken, Gelee erstarren lassen, verschiedene, gedünstete Früchte darauf geben, mit Gelee auffüllen und gut durchkühlen.

Hinweis: 1. Es können verschiedene Früchte, aber auch nur eine Sorte (z. B. Pfirsiche, Erdbeeren, Weinbeeren) verwendet werden.
2. Früchte in Gelee werden auch mit Sahnetupfen garniert.

Fruchtsalat (Grundzubereitung)

Verschiedene, zerkleinerte Früchte (z. B. Apfelscheiben oder -würfel, Orangenscheiben, Bananenscheiben, Kirschen) mit Zuckerlösung und Zitronensaft marinieren, kühlen und gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten und mit Biskuit- oder Makronenbröseln bestreuen.

Hinweis: 1. Es sind sehr unterschiedliche Fruchtzusammenstellungen für Fruchtsalat möglich.
2. Häufig wird Fruchtsalat mit einem Likör (z. B. Curaçao, Maraschino) abgeschmeckt.
3. Fruchtsalat wird auch mit Schlagsahne garniert oder mit frischer Sahne beträufelt.



Heidelbeergelee

Gesäuberte, gewaschene und gut abgetropfte Heidelbeeren mit Zucker, Gewürznelke und wenig Wasser dünsten, durch ein Sieb streichen, mit aufgelöster Gelatine verrühren, frische eingezuckerte Heidelbeeren daruntergeben, in Glasschälchen oder Gläser füllen, gut durchkühlen.

Heidelbeeren mit Schlagsahne

Heidelbeeren verlesen, waschen und gut abtropfen, mit Zucker bestreuen, kühlen und gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten und mit steifgeschlagener, gesüßter Sahne garnieren, Löffelbiskuit extra.

Hinweis: Heidelbeeren werden auch gezuckert und ohne Schlagsahne gern als Süßspeise verzehrt.

Himbeerapfel auf Vanilleflammeri

Säuerliche Äpfel schälen, Kerngehäuse ausstechen, in wenig Zuckerwasser dünsten, abkühlen, auf Vanilleflammeri anrichten, mit aufgelöster Himbeerkonfitüre oder mit Himbeermark überziehen, mit gerösteten Mandelsplittern bestreuen.

Kissel von Johannisbeeren (Sowjetunion)

Verlesene, gewaschene und gut abgetropfte Johannisbeeren mit Zuckerwasser aufkochen, durch ein Sieb streichen, nochmals aufkochen, mit angerührtem Kartoffelmehl sämig abziehen, mehrmals aufkochen, in kalt ausgespülte Portionsförmchen geben, gut durchkühlen, stürzen und anrichten, mit Schlagsahnetupfen garnieren oder mit frischer, süßer Sahne übergießen.

Hinweis: 1. In gleicher Weise werden auch Kissel von Erdbeeren, Kirschen, Rhabarber oder von anderen Früchten zubereitet.
2. Anstelle der Sahne wird auch Vanillesoße gegeben.

Obstsalat

Siehe Erdbeersalat.
Siehe Fruchtsalat (Grundzubereitung).
Siehe Obstsalat, gemischt.
Siehe Orangen-Grapefruit-Salat.
Siehe Orangensalat.
Siehe Pfirsichsalat.

Obstsalat, gemischt

Verschiedene Kompottfrüchte (Konserve) abtropfen und in Würfel oder Scheiben schneiden (das Steinobst entsteinen), mit einem Teil des Kompottsaftes übergießen, mit Zitronensaft und Likör (Curaçao, Maraschino) abschmecken, kühlen und gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten, Biskuit extra.

Obstschaumspeise

Äpfel schälen, Kerngehäuse ausstechen, feinwürflig schneiden und einzuckern, gut durchziehen lassen, Johannis- oder Himbeerkompott dazugeben, mit aufgelöster Gelatine verrühren und 15 bis 20 Minuten schlagen, in Glasschälchen oder Gläsern anrichten und gut kühlen.

Orangen-Grapefruit-Salat

Orangen und Grapefruits schälen, in Würfel schneiden und Kerne entfernen, mit Zucker, geriebenen Nüssen und etwas Wodka vermengen, kühlen und gut durchziehen lassen, portionsweise anrichten, Löffelbiskuit extra.

Hinweis: Anstelle des Löffelbiskuits wird auch feines Mürbeteiggebäck gegeben.

Orangen mit Sahne

Orangen schälen, in Scheiben schneiden, Kerne entfernen, auf Glasteller anrichten, mit Zucker bestreuen, gut durchkühlen, mit Schlagsahnetupfen und Löffelbiskuit oder Teegebäck garnieren.

Orangen mit Weinbrand

Orangen schälen, in Scheiben schneiden, Kerne entfernen, auf Glasteller anrichten, mit Zucker bestreuen, mit Weinbrand beträufeln, leicht kühlen.

Hinweis: Wird auch als kalte Vorspeise gegeben.

Pfirsich auf Vanilleflammeri

Vanilleflammeri (siehe dort) aus Portionsförmchen auf Glasteller stürzen, einen halben, abgezogenen und entsteinten Pfirsich daraufsetzen, mit aufgelöster Himbeerkonfitüre oder mit Himbeermark überziehen, mit gehackten Nüssen oder Mandelsplittern bestreuen.

Hinweis: Es werden konservierte Pfirsiche oder weiche, frische Pfirsiche verwendet.

Pfirsichsalat

Pfirsiche kurz brühen und schälen, entsteinen und in Scheiben schneiden, Erdbeermark (auch passiertes Erdbeerkompott oder aufgelöste Erdbeerkonfitüre) mit Weinbrand und Zucker nach Geschmack abschmecken, die Pfirsichscheiben in dieser Erdbeersoße schwenken, kühlen und gut durchziehen lassen. Portionsweise anrichten und mit Makronenbröseln bestreuen.

Sapekanka mit Äpfeln (Sowjetunion)

Gefettete Form am Boden und an den Seiten mit in Milch und Ei geweichtem Zwieback auslegen, eine Schicht gezuckerte Apfelscheiben darauf geben und mit geweichtem Zwieback abdecken, in dieser Art weiter Apfelscheiben und Zwieback einschichten, bis die Form gefüllt ist. Mit gehackten Nüssen oder Mandeln und Zucker bestreuen, mit Butter beträufeln, im Ofen bei mittlerer Hitze backen. Abkühlen, portionsweise ausstechen und anrichten, mit Vanillesoße oder Weinschaumsoße überziehen.

Hinweis: Sapekanka wird auch als warme Süßspeise verzehrt.

Vanilleapfel

Geschälte Äpfel vom Kerngehäuse befreien, in wenig Zuckerwasser und Wein dünsten, abkühlen lassen. Den Saft einkochen, mit Vanillesoße vermengen und diese über den angerichteten Apfel geben, mit gehackten Nüssen bestreuen.

Krems, Flammeris, Quarkspeisen, Gebäcke

Ananascharlotte

Charlotteform mit Biskuitscheiben auskleiden, Ananaskrem (siehe dort) einfüllen, gut durchkühlen, stürzen, mit Schlagsahnetupfen garnieren, mit Schokoladenraspeln bestreuen.

Ananaskrem

Zubereitung wie Erdbeerkrem (siehe dort), jedoch anstelle Erdbeermark Ananasraspeln verwenden, ebenso den Ananassirup aus der Konserve mitverwenden und nicht mit Kirschwasser, sondern mit Pfirsichgeist abschmecken.

Aprikosenkrem

Aprikosen dünsten (es können auch konservierte Aprikosen verwendet werden), durch ein Sieb streichen. Eier mit Zucker (3 Eier, 4 Eßlöffel Zucker) schaumig rühren, Aprikosenpüree untermengen und diese Masse im Wasserbad so lange aufschlagen, bis sie dick wird, mit Aprikosengeist abschmecken, in Glasschälchen oder Gläsern anrichten.

Bananenquark

Quark durch ein Sieb streichen, mit ebenfalls durchs Sieb gestrichenem Vanilleflammeri (siehe dort) vermengen, mit



pürierten Bananen und Zucker nach Geschmack verrühren, portionsweise anrichten, mit Bananenscheiben garnieren.

Hinweis: Wird auch noch mit Schlagsahnetupfen garniert.

Bayrische Krem

Siehe Grundkrem.

Birnenkrem

Zubereitung wie Erdbeerkrem, jedoch anstelle des Erdbeermarks gedünstete Birnenstückchen oder Birnenmus verwenden.

Bülbül Helvasi (Orient)

Siehe Nußschmarrn, orientalisch.

Charlotte (Grundzubereitung)

Charlotteform mit Pergamentpapier auslegen, Boden und Seitenwände mit Biskuitscheiben auskleiden, eine Krem einfüllen, gut durchkühlen und wenn die Krem fest ist, die Charlotte stürzen, mit steifgeschlagener Schlagsahne garnieren.
Siehe Ananascharlotte.
Siehe Erdbeercharlotte.

Erdbeercharlotte

Charlotteform mit Pergamentpapier auslegen, Boden und Seitenwände mit Biskuitscheiben auskleiden, Erdbeerkrem (siehe dort) einfüllen, gut durchkühlen, wenn Krem festgeworden ist, stürzen, Pergamentpapier entfernen, mit Schlagsahnetupfen und frischen, gezuckerten Erdbeeren garnieren.

Hinweis: In gleicher Weise werden auch andere Charlotten (Ananas-, Apfel-, Himbeer-, Pfirsichcharlotte) zubereitet.

Erdbeerflammeri

Milch mit Zucker zum Kochen bringen, mit angerührtem Stärkemehl oder Puddingpulver binden und aufkochen, mit Erdbeermark verrühren, in kalt ausgespülte Form geben, gut durchkühlen, auf Glasteller stürzen, mit Vanillesoße umkränzen.

Erdbeerkrem I

Eigelb, Zucker und Weißwein mit Erdbeermark im Wasserbad aufschlagen, aufgelöste Gelatine zugeben, kühlen, bis die Masse zu gelieren beginnt, steifgeschlagene Sahne unterziehen, mit Kirschwasser oder Pfirsichgeist abschmecken, in Glasschälchen oder Gläser füllen, gut durchkühlen, mit Sahnetupfen und kleiner Makrone garnieren.

Hinweis: Nach der gleichen Methode werden Ananas-, Birnen-, Kirsch-, Karamel- oder Mandarinen- und Orangenkrem zubereitet.

Erdbeerkrem II

Erdbeermark mit Staubzucker verrühren, aufgelöste Gelatine darunterrühren, leicht anziehen lassen, steifgeschlagene Sahne unterziehen, in Förmchen füllen, gut durchkühlen. Auf Glasteller stürzen, mit Schlagsahne und gezuckerten Erdbeeren garnieren.

Erdbeerquark mit Makronen

Quark durch ein Sieb streichen, mit Zucker, Milch, Zitronensaft und Erdbeermark verrühren, in Glasschälchen anrichten, mit kleinen Makronen garnieren.

Flammeri

Siehe Erdbeerflammeri.
Siehe Grießflammeri.
Siehe Karamelflammeri.
Siehe Mokkaflammeri.
Siehe Rhabarberflammeri.
Siehe Schokoladenflammeri.
Siehe Traubenflammeri.
Siehe Vanilleflammeri.

Fruchtschaumspeise

Fruchtkonfitüre mit Fruchtsaft gut verrühren, steifgeschlagenen Eierschnee unterziehen, in Glasschälchen oder Gläsern anrichten.

Golatschen (ČSSR)

Gesüßten, mit Vanillezucker abgeschmeckten Hefeteig gut aufgehen lassen, kurz durcharbeiten, fingerdick ausrollen. Tassenkopfgroße, runde Kuchen ausstechen, in die Mitte eine Fülle aus Pflaumenmus oder Apfelmus, Marmelade oder gesüßtem Quark geben. Mit zerquirltem Ei bestreichen, mit gehackten Mandeln bestreuen und etwa 20 bis 25 Minuten bei mittlerer Hitze im Backofen backen.

Grießflammeri

Milch mit Zucker und Vanillestange kochen, trockenen Grieß regenartig einlaufen lassen, dabei gut rühren, aufkochen, etwas abkühlen, mit wenig Kaffeesahne verrührte Eigelbe vorsichtig untermengen, in ausgespülte Förmchen geben, gut durchkühlen, stürzen, beim Anrichten mit Fruchtsoße oder Kompott umkränzen.

Grießschnee

Milch mit Zucker aufkochen, trockenen Grieß regenartig und langsam unter ständigem Rühren einlaufen lassen, aufkochen, mit Zitronensaft abschmecken, etwas abkühlen lassen und schaumig schlagen, mit Fruchtsaft verdünnte Marmelade unterziehen, mit Vanille- oder Mandelsoße übergießen.

Grundkrem (Bayrische Krem)

Eigelb mit wenig kalter Milch verrühren, langsam heiße und gesüßte Milch unterrühren und so lange erhitzen, bis die Masse bindet (Eigelb darf nicht ausflocken), zuletzt aufgelöste Gelatine dazugeben, passieren, abkühlen, bis die Masse beginnt zu gelieren, steifgeschlagene Sahne unterziehen und in Förmchen füllen.

Hinweis: Man rechnet auf 1 l Milch 8 Eigelb. Der Grundkrem werden als Geschmacksträger verschiedene Fruchtpürees, Karamel, geriebene Schokolade u. a. zugesetzt (siehe auch Ananaskrem, Aprikosenkrem, Birnenkrem, Erdbeerkrem, Himbeerkrem, Karamelkrem, Kirschkrem, Mangokrem, Mokkakrem, Orangenkrem, Schokoladenkrem, Zitronenkrem).

Grütze, rot

Fruchtsaft süßen, mit Zitronensaft abschmecken und zum Kochen bringen, unter ständigem Rühren Sago langsam einlaufen lassen, kochen, bis der Sago klar ist, in ausgespülte Förmchen füllen, gut durchkühlen, stürzen und beim Anrichten mit gut gekühlter Milch oder Vanillesoße übergießen.

Hinweis: 1. Es wird meist Johannisbeer-, Himbeer- oder Kirschsaft verwendet.
2. Anstelle von Sago wird auch Gries verwendet.

Himbeerkrem

Grundkrem (siehe dort) zubereiten, mit Himbeermark aromatisieren, in Glasschälchen oder Gläsern anrichten, gut durchkühlen, mit frischen Himbeeren oder Himbeerkompott und Sahnetupfen garnieren.

Himbeerquark

Quark durch ein Sieb streichen, mit Zucker und Himbeersaft (falls notwendig, noch mit etwas Milch) aufschlagen, frische Himbeeren oder Himbeerkompott untermengen, portionsweise anrichten und mit Teegebäck garnieren.

Honigschaum

Eigelb langsam mit flüssigem Honig verrühren, im Wasserbad warm aufschlagen,



bis die Masse dick wird, abkühlen, steifgeschlagenen Eierschnee und Schlagsahne unterziehen, in Gläsern anrichten, mit Löffelbiskuit oder Nußplätzchen garnieren.

Johannisbeerquark

Quark durch ein Sieb streichen, mit Vanilleflammeri (siehe dort) und Zucker schaumig schlagen, gezuckerte, frische Johannisbeeren oder Johannisbeerkompott unterziehen, portionsweise anrichten.

Karamelflammeri

Milch und Zucker zum Kochen bringen, mit in Milch angerührtem Puddingpulver (Karamelgeschmack) abziehen und aufkochen, mit Wasser abgelöschten Karamel zur Geschmacksverstärkung darunterrühren, in kalt ausgespülte Förmchen geben, gut durchkühlen, stürzen, beim Anrichten mit Sahnetupfen garnieren oder mit Vanillesoße umkränzen.

Karamelkrem

Zucker zu Karamel bräunen, damit den Boden gefetteter Metallförmchen ausgießen und fest werden lassen, mit gesüßter Eiermasse (Verhältnis 1 l Milch, 8 Eigelb, 200 g Zucker) auffüllen, im Wasserbad garziehen, gut durchkühlen, stürzen und mit Fruchttunke oder Orangenschaumsoße umkränzen.

Kirschkrem

Grundkrem (siehe dort) zubereiten, mit Kirschsaft aromatisieren, in Glasschälchen oder Gläsern anrichten, gut durchkühlen, mit Kirschkompott oder Maraschinokirschen und Sahnetupfen garnieren.

Kokosnußreis

Milch mit Zucker, geraspelten Kokosnüssen (Kokosraspeln) und einer Prise Salz zum Kochen bringen, gewaschenen Reis zugeben und unter ständigem Rühren aufkochen, Reis abdecken und langsam garziehen lassen (etwa 25 Minuten), Zitronensaft untermengen, kurz durchziehen lassen, in kalt ausgespülte Förmchen geben, gut durchkühlen, stürzen und beim Anrichten mit Orangen- oder Erdbeerschaumsoße oder Fruchtsoße umkränzen.

Krem

Siehe Ananaskrem.
Siehe Aprikosenkrem.
Siehe Birnenkrem.
Siehe Erdbeerkrem.
Siehe Grundkrem.
Siehe Himbeerkrem.
Siehe Karamelkrem.
Siehe Kirschkrem.
Siehe Mangokrem.
Siehe Mokkakrem.
Siehe Orangenkrem.
Siehe Schokoladenkrem.
Siehe Weinschaumkrem.
Siehe Zitronenkrem.

Mangokrem

Konservierte Mangofrüchte (Sterilkonserve, Import aus der VR Kuba) pürieren, mit Zucker und Joghurt gut vermengen, aufgelöste Gelatine zugeben und gut durchrühren, in Glasschälchen oder Gläser füllen, gut durchkühlen, mit gehackten Nüssen bestreuen.

Maronenbällchen

Maronenpüree (siehe dort) mit Milch und Vanillezucker verrühren, mit Weinbrand abschmecken, Bällchen formen, flach drücken, mit einer Maraschino- oder Rumkirsche füllen, zusammendrücken und rund formen, in Schokoladen- oder Kokosraspeln wälzen.

Hinweis: Man rechnet je Portion zwei Bällchen.

Maronenmus (Maronenpüree) mit Schlagsahne

Pürierte, gegarte Maronen mit Milch und Vanillezucker sämig verrühren, portionsweise anrichten, mit Schlagsahnetupfen garnieren, Löffelbiskuit extra.

Mokkaflammeri

Milch mit Zucker und einer Prise Salz aufkochen, mit angerührtem Puddingpulver (Mokkageschmack) abziehen, aufkochen, mit etwas starkem, schwarzem Kaffee zur Geschmacksverstärkung verrühren, in kalt ausgespülte Förmchen füllen, gut durchkühlen, stürzen und beim Anrichten mit Vanillesoße umkränzen.

Mokkakrem I

In heißem, starkem, schwarzem Kaffee Zucker und Gelatine auflösen, mit einem Schuß Rum abschmecken, abkühlen, bis die Gelatine anzieht, mit steifgeschlagener Sahne versetzen, in Glasschälchen oder Gläser füllen, gut durchkühlen, mit gehackten Nüssen bestreuen.

Hinweis: Anstelle der Nüsse wird die Krem auch mit Weinschaumsoße überzogen.

Mokkakrem II

Grundkrem (siehe dort) mit starkem, schwarzem Kaffee aromatisieren, abkühlen, bis die Krem beginnt dick zu werden, in ausgespülte Förmchen füllen, gut durchkühlen lassen, stürzen, beim Anrichten mit Schlagsahnetupfen garnieren.

Mokka-Quark-Dessert

Quark durch ein Sieb streichen, die Hälfte des Quarks mit Vanillezucker, Kondensmilch und Eigelb schaumig rühren, Gläser damit zur Hälfte füllen. Die andere Hälfte Quark mit Pulverkaffee (Instantkaffee), Kakaopulver, Kondensmilch und Zucker verrühren, auf die erste Schicht Quark in den Gläsern geben, mit Schlagsahnetupfen und Schokoladenraspeln garnieren.

Nußschmarrn, orientalisch (Bülbül Helvasi)

Eine Masse aus Eigelb, Zucker und Reismehl (Verhältnis 1 : 1 : 0,8) herstellen, in Butter gehackte Nüsse anschwitzen, die Eigelbmasse daraufgeben, unter ständigem Rühren etwa 15 Minuten abbrennen, auskühlen, portionsweise anrichten.

Hinweis: Kann noch mit gehackten Datteln bestreut werden.

Obstreis

Siehe Reisspeise mit Obst.

Orangenkrem

Grundkrem (siehe dort) mit Orangensaft vermischen, abkühlen, bis die Krem beginnt dick zu werden, Orangenwürfel untermengen, in kalt ausgespülte Förmchen füllen, gut durchkühlen, stürzen, mit Schlagsahnetupfen garnieren.

Quarkspeise

Siehe Bananenquark.
Siehe Erdbeerquark.
Siehe Himbeerquark.
Siehe Johannisbeerquark.
Siehe Mokka-Quark-Dessert.
Siehe Quarkspeise mit Fruchtsoße.

Quarkspeise mit Fruchtsoße

Quark durch ein Sieb streichen, mit Zucker, Zitronensaft und Eigelb schaumig rühren, portionsweise anrichten, mit Fruchtsoße oder Himbeersoße umkränzen.

Rhabarberflammeri

Gewaschenen, abgezogenen und in Stücke geschnittenen Rhabarber in Zuckerwasser kochen, passieren, nochmals aufkochen und



mit angerührtem Stärkemehl oder Grieß abziehen, gut durchkochen, in kalt ausgespülte Förmchen abfüllen, gut durchkühlen, stürzen, mit Mandel- oder Vanillesoße umkränzen.

Hinweis: Dem Rhabarber werden auch Rosinen und gehackte Mandeln zugegeben.

Reis mit Äpfeln

Reis gut waschen, abtropfen und in kochende, gesüßte Milch geben, durchkochen und garziehen lassen, gedünstete Äpfelstückchen unter den Reis mengen, in kalt ausgespülte Förmchen geben, gut durchkühlen, stürzen und beim Anrichten mit Himbeer- oder Fruchtsoße umkränzen.

Reisspeise mit Obst (Ungar. VR)

Reis gut waschen, abtropfen, in wenig Wasser mit einer Prise Salz ansetzen, kochen. Wenn der Reis das Wasser aufgesaugt hat, mit gesüßter, heißer Milch aufgießen und garen, Reis abkühlen lassen, mit Kompottfrüchten vermengen, steifgeschlagene Sahne unterziehen, portionsweise anrichten, mit Himbeersoße überziehen.

Reis Trautmannsdorf

Gut gewaschenen und abgetropften Reis mit Milch und Zucker garen, mit einer Prise Salz abschmecken, mit aufgelöster Gelatine versetzen, abkühlen, kurz vor dem Festwerden steifgeschlagene Schlagsahne unterziehen, in ausgespülte Förmchen füllen, gut durchkühlen, stürzen und beim Anrichten mit Himbeerkompott umkränzen, mit Schlagsahnetupfen garnieren.

Hinweis: Es gibt weitere Zubereitungsvarianten für Reis Trautmannsdorf.

Sabayon

Siehe Weinschaumkrem.

Sahnerollen

Hohl gebackene Blätterteigrollen mit steifgeschlagener, gesüßter Schlagsahne füllen, ein Ende in aufgelöste Schokolade oder Schokoladenraspeln tunken.

Hinweis: Die Blätterteigrollen können als Halbfabrikate aus Back- oder Konditoreiwarenbetrieben bezogen und brauchen in der Küche nur noch gefüllt zu werden.

Schokoladenflammeri

Milch mit Zucker zum Kochen bringen, mit in Milch angerührtem Puddingpulver (Schokoladengeschmack) abziehen, in kalt ausgespülte Förmchen füllen, gut durchkühlen, stürzen, beim Anrichten mit Vanillesoße umkränzen.

Schokoladenkrem

Grundkrem (siehe dort) mit geriebener Schokolade verrühren, erkalten lassen, bis die Krem beginnt dick zu werden, in kalt ausgespülte Förmchen füllen, gut durchkühlen, stürzen, beim Anrichten mit Mandel- oder Vanillesoße umkränzen, mit kleinen Makronen oder Teegebäck garnieren.

Schomlauer Nockerln, Szomloi harom (Ungar. VR)

Biskuit in große Würfel oder Streifen schneiden, mit Rumläuterzucker beträufeln, mit steifgeschlagener, gesüßter Sahne (wird als Nockerln mit dem Löffel abgestochen) anrichten, mit Schlagsahnetupfen garnieren, mit Schokoladensoße beträufeln.

Tausendblätterkuchen

5 kleine, runde Mürb- oder Blätterteigböden mit unterschiedlichen Füllungen (z. B. Konfitüre, Schokoladenkrem, Vanillekrem, Fruchtkrem) bestreichen und zusammensetzen, mit Schlagsahnetupfen

garnieren, mit gehackten Mandeln oder Nüssen bestreuen.

Hinweis: Die Böden können als Halbfabrikate bezogen werden.

Traubenflammeri

Milch mit Zucker und einer Prise Salz zum Kochen bringen, mit in Milch angerührtem Puddingpulver (Sahne- oder Vanillegeschmack) abziehen, aufkochen, entstielte und gewaschene Weintrauben (auch Weintraubenkompott) untermengen, in kalt ausgespülte Förmchen füllen, gut durchkühlen, stürzen und beim Anrichten mit Frucht- oder Himbeersoße umkränzen.

Vanilleflammeri

Milch mit Zucker und einer Prise Salz zum Kochen bringen, mit angerührtem Puddingpulver (Vanillegeschmack) abziehen, aufkochen, etwas abkühlen lassen, steifgeschlagenen Eierschnee untermengen, in kalte, ausgespülte Förmchen geben, gut durchkühlen, stürzen, beim Anrichten mit Fruchtsoße oder Kompottfrüchten umkränzen.

Weinschaumkrem (Sabayon)

Weißwein mit Zucker und Eigelb warm aufschlagen, bis eine leicht kremige Bindung erreicht wird, aufgelöste Gelatine zugeben und gut verrühren, abkühlen lassen, bis die Krem beginnt dick zu werden, in Glasschälchen oder Gläser füllen, gut durchkühlen, mit Schlagsahnetupfen garnieren, Löffelbiskuit oder Teegebäck extra.

Hinweis: Man rechnet für 10 Portionen 400 g Zucker, 12 Eigelb und 0,5 l Weißwein.

Zitronenkrem

Grundkrem (siehe dort) mit Zitronensaft kräftig abschmecken, kühlen, bis die Masse beginnt dick zu werden, in kalt ausgespülte Förmchen geben und auf jedes in passender Größe einen Mürbeteigboden drücken, gut durchkühlen, stürzen, beim Anrichten mit Schlagsahnetupfen garnieren.

Hinweis: Es wird auch Fruchtsoße oder Himbeersoße extra gegeben.

Speiseeis und Speiseeiszubereitungen

Ananaseisbecher

Ananasraspeln oder -würfel auf Vanilleeis anrichten, mit Himbeer- oder Erdbeermark überziehen, mit Schlagsahnetupfen und Waffel garnieren.

Ananassorbet

In Sektschalen zur Hälfte gut gekühlten Sekt einfüllen, eine Kugel Ananaseis hineingeben.

Hinweis: Als Einlage können noch Ananasstücke gegeben werden.

Birne Helene

Siehe Schokoladenbirne auf Vanilleeis.

Eisbecher, gemischt

In einem Eisbecher mehrere Sorten Speiseeis anrichten und mit Waffel garnieren.

Hinweis: Es sind unterschiedliche Zusammenstellungen üblich (z. B. Vanille/Fruchteis, Vanille/Schokoladeneis).

Eisbecher (Grundzubereitung)

Vanilleeis im Eisbecher anrichten, mit Kompottfrüchten ergänzen, etwas Likör (z. B. Eierlikör, Kirschlikör) darübergeben, mit Schlagsahnetupfen garnieren, mit Schokoladenraspeln bestreuen, Waffel einstecken.



Hinweis: Es sind sehr unterschiedliche Zusammenstellungen (z. B. mehrere Sorten Speiseeis, verschiedene Früchte) verbreitet.

Eisbombe (Grundzubereitung)

Gut gekühlte Eisbombenform mit einer Sorte Streicheis (z. B. Vanilleeis), dem sog. Mantel, ausstreichen, eine weitere Sorte Eis (z. B. Fruchteis), den sog. Kern, hineingeben und glattstreichen, die Bombe im Tiefkühlfach durchfrieren, stürzen und mit Schlagsahne garnieren.

Hinweis: 1. Es sind unterschiedliche Varianten verbreitet (z. B. andere Sorten Speiseeis, Früchte als Einlage).
2. Eisbomben werden auch durch Speiseeishersteller zentral bereitet und können bezogen werden.

Erdbeer-Ananas-Eisbecher

Eingezuckerte Erdbeeren auf Vanilleeis anrichten, mit Ananasring abdecken, mit Schlagsahne garnieren, mit Schokoladenspänen bestreuen.

Halbgefrorenes (Grundzubereitung), Parfait

Eier mit Zucker so lange warm aufschlagen, bis sie beginnen kremig zu werden, abkühlen, mit aufgelöster Gelatine und steifgeschlagener Sahne versetzen, mit Geschmacksträgern (z. B. Fruchtmark, Kakaopulver, Weinbrand) abschmecken, in Form einfüllen, im Tiefkühlfach oder -truhe durchfrieren, stürzen, in Scheiben schneiden und portionsweise anrichten.

Hinweis: 1. Es sind unterschiedliche Zubereitungen verbreitet. Beliebt ist auch sog. zusammengesetztes Halbgefrorenes (z. B. Pückler-Halbgefrorenes, bei dem eine Schicht mit Erdbeermark, die andere mit Curaçao und die andere mit Schokoladenpulver abgeschmeckt sind).
2. Halbgefrorenes wird auch in Riegeln oder in anderer Form zentral durch speiseeisherstellende Betriebe zubereitet und kann von dort bezogen werden.

Orangensorbet

Sektschalen oder -kelche zur Hälfte mit Rosésekt oder halbtrockenem Sekt füllen, eine Kugel Orangeneis hineingeben.

Hinweis: Als Einlage können noch Orangenstücke gegeben werden.

Parfait

Siehe Halbgefrorenes.

Pfirsich auf Vanilleeis mit Erdbeersoße (Pfirsich Melba)

Einen halben, abgezogenen und entsteinten Pfirsich auf Vanilleeis anrichten, Erdbeermark mit Weinbrand abschmecken und über den Pfirsich geben, mit Schlagsahnetupfen garnieren, mit Mandelsplittern bestreuen.

Pfirsich Melba

Siehe Pfirsich auf Vanilleeis mit Erdbeersoße.

Schokoladenbirne auf Vanilleeis (Birne Helene)

Gedünstete Birnen ohne Kerngehäuse auf Vanille- oder Mandeleis anrichten, mit warmer Schokoladensoße überziehen, mit Schlagsahnetupfen garnieren.

Sorbet (Grundzubereitung)

In gut gekühlte Sektschale oder gut gekühlten Sektkelch Weiß-, Rot- oder Schaumwein geben, so daß das Glas zur Hälfte gefüllt ist, vorsichtig eine Kugel Speiseeis hineingleiten lassen.
Siehe Ananassorbet.
Siehe Orangensorbet.

Hinweis: 1. Es sind unterschiedliche Zubereitungsvarianten verbreitet.
2. Nach gleicher Methode können auch andere Sorbets (z. B. Erdbeersorbet, Pfirsichsorbet) zubereitet werden.
3. Als Einlage können noch Früchte gegeben werden.

19.3. Warme Süßspeisen

Warme Süßspeisen sind unterschiedlich zubereitete und zusammengesetzte süße Speisen, denen gemeinsam ist, daß sie warm verzehrt werden. Sie werden meist als Nachtisch verzehrt, können aber auch als kleine Zwischenmahlzeiten (z. B. ein Omelett) oder als Hauptgericht (z. B. Eierkuchen mit Kompott) verzehrt werden. Eine Anzahl von denen, die weniger als Nachtisch gegessen werden, sind deshalb in den Abschnitten 4. Eiergerichte (speziell 4.7. Omeletts und 4.8. Eierkuchen) sowie 10. Schonkostgerichte und sonstige Gerichte (speziell 10.3. Sonstige Gerichte) aufgeführt.
Warme Süßspeisen sind weniger verbreitet als kalte Süßspeisen. Es läßt sich jedoch eine große Zahl sehr unterschiedlicher warmer Süßspeisen herstellen. Die Einteilung der warmen Süßspeisen kann unterschiedlich vorgenommen werden. Im folgenden Text werden sie eingeteilt in

Aufläufe, Puddings und andere Zubereitungen,
Omeletts, Eierpfannkuchen, Schmarrn,
flambierte Früchte.

Aufläufe, Puddings und andere Zubereitungen

Ananaskrapfen

Zubereitung wie Apfelkrapfen, jedoch anstatt der Apfelringe Ananasringe (Konserve) verwenden, beim Anrichten entweder nur mit Staubzucker bestäuben oder Erdbeer- bzw. Weinschaumsoße dazugeben.

Hinweis: Die Früchte werden mit geeigneten Likören mariniert.

Apfelkrapfen

Säuerliche Äpfel schälen, Kerngehäuse ausstechen, in dicke Scheiben schneiden, die Apfelringe mit Zitronensaft und Zucker marinieren, abtropfen lassen, durch Backteig (siehe dort) ziehen, in Fett goldgelb backen, gut abtropfen, beim Anrichten mit Puderzucker bestäuben.

Hinweis: Es kann auch Weinschaumsoße, Fruchtsoße oder Vanillesoße, die mit der abgetropften Marinierflüssigkeit der Apfelringe verrührt wurde, extra gegeben werden.

Apfelpudding

Gesüßte Brandmasse (siehe dort) mit Eigelb verarbeiten, Eierschnee und gedünstete Apfelstückchen oder geraspelte Äpfel untermengen, die Masse in gefettete und mit Korinthen ausgestreute Puddingform geben, im Wasserbad garziehen, stürzen und im ganzen oder portionsweise abgeteilt anrichten, mit Orangen-, Erdbeerschaumsoße oder Fruchtsoße umkränzen.

Aprikosenknödel (ČSSR, Ungar. VR)

Quark durch ein Sieb streichen, mit Grieß, Eigelb, Zucker und einer Prise Salz zu einem Teig verarbeiten, Knödel abstechen,



etwas flach drücken, eine halbe, entsteinte Aprikose und ein Stück Würfelzucker darauf geben, zusammendrücken und Knödel formen, in Salzwasser garziehen, anrichten und mit zerlassener Butter oder mit in Butter angeschwenkten Semmelbröseln übergießen.

Hinweis: Kann auch in einer größeren Portion als süßes Gericht gegeben werden.

Auflaufkrapfen

Gezuckerten Brandteig (siehe dort) mit Teelöffel portionsweise abstechen, in Fett schwimmend goldgelb backen, gut abtropfen, mehrere kleine Krapfen als eine Portion anrichten, mit Puderzucker bestäuben, Weinschaum- oder Fruchtsoße extra.

Hinweis: Wird auch als kalte Süßspeise verzehrt.

Brotpudding I

Siehe Pudding von Schwarzbrot.

Brotpudding II

In gefettete Auflaufform oder Portionsförmchen Weißbrotscheiben und Rosinen einschichten, mit Zucker bestreuen, mit Eierstichmasse übergießen, im Wasserbad garziehen. Stürzen und beim Anrichten mit Fruchtsoße oder Himbeersoße umkränzen.

Chaudeau (Frankreich)

Siehe Weinschaum.

Coltunasi cu Brâza (SR Rumänien)

Siehe Quarktaschen, rumänisch.

Custard (Großbritannien)

Eier mit Zucker und Milch verrühren, passieren, in gefettete Förmchen geben, im Wasserbad garziehen, Fruchtsoße, Himbeersoße oder Kompottfrüchte beim Anrichten um den Custard geben.

Hinweis: Man rechnet für 10 Portionen 8 Eier, 1 l Milch und 200 g Zucker.

Erdbeerkrapfen

Große, gesäuberte Erdbeeren waschen und gut abtropfen, einzuckern, abtropfen, durch Backteig (siehe dort) ziehen, in Fett goldgelb backen, abtropfen, mehrere Erdbeeren als Portion anrichten, mit Puderzucker bestäuben, Weinschaumsoße, die mit dem abgetropften Erdbeersaft abgeschmeckt ist, extra.

Kabinettpudding (Großbritannien)

In gefettete Puddingform schichtweise Zwieback und Biskuitscheiben sowie vorher eingeweichte Rosinen geben, Zitronat und Zucker dazwischenstreuen, wenn die Form dreiviertel gefüllt ist, mit in Milch verrührten Eiern (8 Eier auf 1 l Milch) auffüllen, im Wasserbad garziehen, stürzen, portionieren, mit Weinschaumsoße, Fruchtsoße oder Kompottfrüchten umkränzen.

Hinweis: Kabinettpudding wird auch portionsweise in kleinen Formen zubereitet.

Kirschenmichel

Brötchenwürfel mit lauwarmer Milch übergießen, Margarine oder Butter mit Zucker und Eiern schaumig rühren, mit der Brötchenmasse vermengen, mit Zimt und Zitronensaft abschmecken, Kirschen untermengen, in gefettete Kastenform geben, langsam im Ofen backen. Stürzen, portionieren, mit Vanillesoße oder gesüßter Milch anrichten.

Krapfen

Siehe Ananaskrapfen.
Siehe Apfelkrapfen.
Siehe Auflaufkrapfen.
Siehe Erdbeerkrapfen.
Siehe Pfirsichkrapfen.

Hinweis: Nach gleicher Methode können noch andere Krapfen (z. B. Aprikosenkrapfen, Pflaumenkrapfen) zubereitet werden.

Pfirsichkrapfen (ČSSR)

Geschälte und entsteinte Pfirsichhälften mit Zitronensaft marinieren, durch Backteig ziehen, in Fett goldgelb backen, abtropfen, anrichten, mit Puderzucker bestäuben, Orangen- oder Erdbeerschaumsoße oder Fruchtsoße extra.

Pudding

Siehe Apfelpudding.
Siehe Brotpudding.
Siehe Kabinettpudding.
Siehe Pudding von Schwarzbrot.
Siehe Reispudding.

Hinweis: Nach gleicher Methode werden noch weitere Puddings (z. B. auf Obstbasis) zubereitet.

Pudding von Schwarzbrot

Schwarzbrot reiben und durch ein Sieb drücken, damit feine Krumen entstehen, Margarine oder Butter mit Zucker und Eigelb schaumig rühren, eingeweichte Rosinen und die Brotkrumen damit vermengen, steifgeschlagenen Eierschnee vorsichtig unterheben, in gefettete Puddingform geben, im Wasserbad garen, stürzen, portionsweise mit Mandel- oder Vanillesoße anrichten.

Quarktaschen, rumänisch (Coltunasi cu Brâza)

Nudelteig etwa 3 mm dick ausrollen, tassenkopfgroß ausstechen und die ausgestochenen Teile mit einer Quarkfüllung auf einer Hälfte belegen. Die Quarkfüllung wird aus passiertem Quark, schaumig gerührter Butter, Eiern, Zucker, Salz, abgeriebener Zitronenschale zubereitet. Den Rand der ausgestochenen Teigteile mit etwas Milch bestreichen, zusammenklappen zu Halbmonden und die Ränder andrücken. Dann in leicht gesalzenem Wasser garziehen. Aus dem Wasser heben, gut abtropfen. Beim Anrichten mit zerlassener Butter beträufeln.

Hinweis: Es ist auch üblich, die Teigtaschen beim Anrichten noch mit Zucker zu bestreuen.

Reispudding

Reis waschen, gut abtropfen und in gesüßter, heißer Milch garen, zerlassene Butter, Zucker und Eigelb vorsichtig unter den Reisbrei rühren, Vanillezucker zum Abschmecken verwenden, steifgeschlagenen Eierschnee unterziehen, die Masse in gefettete Puddingform geben und im Wasserbad garziehen, stürzen, portionieren, mit Frucht- oder Himbeersoße umkränzen.

Hinweis: 1. Reispudding kann auch in kleinen Formen portionsweise zubereitet werden.
2. Als Beilage werden auch Kompottfrüchte gegeben.

Rhabarberauflauf

Rhabarber waschen, abziehen, in Stücke schneiden, mit Zuckerwasser garen und pürieren. Geriebene Semmel (Reibebrot) mit Eigelb, Butter und Zucker schaumig rühren, das Rhabarberpüree untermengen, mit Zitronensaft abschmecken, steifgeschlagenen Eierschnee vorsichtig unterziehen, die Masse in gefettete Form geben, bei mäßiger Hitze backen, stürzen, portionieren, mit Vanille- oder Mandelsoße anrichten.

Sagoauflauf mit Quark

In gesüßter Milch Sago so lange kochen, bis er klar wird, mit etwas Mehl, Zucker und Sultaninen vermengten Quark unter



den Sago rühren, mit Zitronensaft abschmecken, die Masse in gefettete Auflaufform geben, bei mäßiger Hitze im Ofen backen, stürzen, portionieren, mit Fruchtsoße und (oder) Kompottfrüchten umkränzen.

Sapekanka aus Quark (Sowjetunion)

Quark durch ein Sieb streichen, mit etwas zerlassener Butter, mit Zucker schaumig gerührtem Ei, Vanillinzucker, gewaschenen Rosinen und einer Prise Salz zu einem gut gebundenen Teig verrühren, langsam regenartig wenig Grieß einlaufen lassen und gut verrühren, die Masse in gefettete Form geben, mit saurer Sahne bestreichen, bei mäßiger Hitze im Ofen backen, stürzen, portionieren, mit Fruchtsirup übergießen und mit Kompottfrüchten umkränzen.

Weinschaum (Chaudeau)

Weißwein mit Zucker verrühren, Eigelb und zerquirltes Ganzei dazugeben und bei milder Hitze so lange aufschlagen, bis eine kremige Soße entsteht (nur bis zum Siedepunkt erhitzen, da sonst die Masse gerinnt). In Kelchgläser füllen und mit Löffelbiskuit garnieren.

Hinweis: Weinschaum wird auch als Süßspeisensoße, nämlich als sog. Weinschaumsoße verwendet.
Für 10 Portionen Weinschaum rechnet man 5 Ganzeier, 5 Eigelb, 0,7 l Weißwein und 350 g Zucker.

Omeletts, Eierpfannkuchen, Schmarrn

Apfeleierkuchen

In gefettete, heiße Eierkuchenpfanne Eierkuchenmasse geben, wenn diese etwas gebacken ist, dünne, gezuckerte Apfelscheiben oder geraspelte Äpfel darauf geben und gemeinsam backen, anrichten und mit Zucker bestreuen.

Apfeleierkuchen, gefüllt I

Kleine, dünne Eierkuchen mit einer Masse aus Apfelmus, eingeweichten Korinthen und steifgeschlagener Sahne füllen, anrichten und mit Karamelsoße umkränzen.

Apfeleierkuchen, gefüllt II

Kleine dünne Eierkuchen mit Apfelmus füllen, anrichten und mit Zucker bestreuen.

Auflaufomelett (Omelett soufflé)

Eigelb mit Zucker schaumig rühren, steifgeschlagenen Eierschnee und wenig Mehl untermengen, in gefettete Omelettpfanne geben, bei mittlerer Hitze backen, mit Zucker bestreuen.

Hinweis: Eine Variante besteht darin, zum Auflaufomelett noch warme Schokoladensoße zu geben.

Auflaufomelett mit Früchten (Omelett Stephanie)

Auflaufomelett (siehe dort) zubereiten, mit gedünsteten Früchten belegen, zusammenklappen, mit Zucker bestreuen und mit verschiedenen gedünsteten Früchten garniert anrichten.

Hinweis: Eine weitere Variante besteht darin, das Omelett nur mit Erdbeeren zu füllen und zu garnieren.

Biskuitomelett (Überraschungsomelett, Omelett surprise)

Oval gebackenen Biskuitboden mit einem dicken Strang Speiseeis belegen, mit Biskuit abdecken und mit Masse wie für Auflaufomelett (siehe dort) bestreichen, von der Masse einige Rosetten als Garnierung aufspritzen, bei starker Hitze im Ofen schnell überbacken.

Hinweis: Es sind unterschiedliche Zubereitungsvarianten und Arten, die von dieser Grundzubereitung abgeleitet sind, verbreitet. Varianten sind beispielsweise Mandelomelett, mit Schokoladeneis gefüllt, Nußomelett, mit Erdbeereis gefüllt. Vanilleomelett, mit Ananaseis gefüllt
Die Auflaufmasse wird dabei entweder mit geriebenen Mandeln, Nüssen oder Vanille abgeschmeckt.

Blinis mit Quark (Sowjetunion)

Kleine Eierkuchen backen, Quark durch ein Sieb streichen, mit Zucker, Rosinen und Zitronensaft verrühren. Diese Füllung auf die Blinis streichen und diese zusammenklappen. Nochmals auf beiden Seiten kurz anbraten, anrichten und mit Puderzucker bestreuen.

Heidelbeerpiroggen (VR Polen)

Aus Mehl, Ei, Wasser und einer Prise Salz Teig kneten, der nicht zu fest, aber auch nicht klebrig sein darf. Dünn ausrollen, rund in Tassenkopfgröße ausstechen, jede Scheibe mit eingezuckerten Heidelbeeren zur Hälfte belegen, zusammenklappen und Rand andrücken. In Salzwasser garziehen, abtropfen und mit etwas kalten Wasser besprengen, anrichten, mit Zucker verrührte saure Sahne extra.

Mandelomelett, mit Schokoladeneis gefüllt

Auflaufomelett (siehe dort), das mit Schokoladeneis gefüllt ist, zubereiten.

Hinweis: Eine Variante besteht darin, statt Schokoladeneis eine Schokoladenkrem zu verwenden.

Nußomelett

Auflaufomelett (siehe dort) zubereiten, das mit Nußeis gefüllt ist.

Hinweis: Eine Variante besteht darin, das Omelett statt mit Nußeis mit Nußkrem zu füllen.

Nußschmarrn

Eierkuchenmasse zubereiten und steifgeschlagenen Eierschnee daruntermengen, nicht zu dicke Eierkuchen backen, mit zwei Gabeln in Stücke reißen, anrichten und mit in Zucker gebräunten, gehackten Nüssen und Mandeln bestreuen.

Oladji (Sowjetunion)

Dickflüssigen Hefeteig mit Ei herstellen und etwas aufgehen lassen, mit dem Eßlöffel Nocken abstechen, in heiße, gefettete Pfanne geben, ein wenig breitdrücken, von beiden Seiten knusprig braten. Anrichten, mit Zimtzucker bestreuen und mit Kompottfrüchten garnieren.

Omelett mit Früchten

Omelett naturell herstellen (siehe dort), zusammengeschlagen anrichten, mit Zucker bestreuen und mit verschiedenen Kompottfrüchten garnieren.

Hinweis: Eine Zubereitungsvariante besteht darin, das Omelett bereits vor dem Zusammenklappen mit Früchten zu füllen.

Omelett mit Fruchtsalat

Auflaufomelett (siehe dort) zubereiten, zur Hälfte mit Fruchtsalat (siehe dort) bedecken, zusammenklappen und beim Anrichten mit Puderzucker bestäuben.

Omelett mit Heidelbeeren

Omelett naturell (siehe dort) zubereiten, vor dem Zusammenklappen mit frischen, eingezuckerten Heidelbeeren oder mit Heidelbeerkompott (ohne Saft) belegen, zusammenklappen, beim Anrichten mit Zucker bestreuen.

Omelett mit Konfitüre

Omelett naturell (siehe dort) zubereiten, vor dem Zusammenklappen mit Konfitüre



füllen, zusammenklappen, beim Anrichten mit Zucker bestreuen.

Hinweis: Eine Anrichtevariante besteht darin, das Omelett, nachdem es mit Zucker bestreut ist, mit einem glühenden Eisenstab gitterförmig zu flämmen, wobei der Zucker karamelisiert.

Omelett Stephanie

Siehe Auflaufomelett mit Früchten.

Palatschinken, geschichtet (Ungar. VR)

Kleine, dünne Eierkuchen mit verschiedener Füllung (z. B. Konfitüre, geriebene Nüsse, geriebene Schokolade, süße Quarkfüllung) bestreichen und übereinanderschichten, kurz im Ofen erhitzen, mit steifgeschlagenem Eierschnee den obersten Eierkuchen bestreichen, im Ofen überbacken, wie aus einer Torte Portionsstücke schneiden, anrichten und mit Puderzucker bestäuben.

Plinsen mit Heidelbeeren

Eine dickflüssige Plinsenmasse aus Mehl, Milch, Ei und einer Prise Salz herstellen, dünne Plinse backen, mit gezuckerten, frischen Heidelbeeren oder Heidelbeerkompott ohne Saft belegen, zusammenrollen und nochmals in der Pfanne überbraten. Anrichten und dabei mit Zucker bestreuen.

Quarkpalatschinken (Topfenpalatschinken) (Österreich)

Kleine, dünne Eierkuchen backen, mit einer Quarkmasse aus durchgestrichenem Quark, Rosinen, Mandelsplittern, Eigelb, saurer Sahne und steifgeschlagenem Eierschnee bestreichen, zusammenrollen, in drei Stücke schneiden, hochstehend in gefettetes, feuerfestes Gefäß setzen, mit Eierstichmasse (siehe dort) angießen, im Ofen langsam backen, mit Zucker bestreuen und im Backgefäß servieren.

Quarkröllchen

Kleine Eierkuchen backen, Quark mit Milch, Eigelb und Rosinen sowie Zucker nach Geschmack verrühren, die Eierkuchen damit bestreichen, zusammenrollen und beim Anrichten mit Zucker bestreuen.

Rumomelett

Omelett naturell (siehe dort) zubereiten, anrichten, mit Zucker bestreuen, vor dem Gast mit Rum flambieren.

Salzburger Nockerln (Österreich)

Gezuckerten, steifgeschlagenen Eierschnee mit Eigelb, Vanillinzucker und wenig Mehl vermengen, mit dem Löffel Nocken abstechen, in heiße gefettete Pfanne geben, von beiden Seiten braten (innen sollen die Nocken kremig bleiben), beim Anrichten mit Zucker bestreuen.

Hinweis: Es gibt weitere Zubereitungsvarianten (z. B. die Nockerln nicht zu braten, sondern in gesüßter Milch zu dünsten).

Schaumomelett

Siehe Auflaufomelett.

Schokoladenpalatschinken, flambiert (Ungar. VR)

Kleine, dünne Eierkuchen backen, mit Maronenpüree (siehe dort) bestreichen und zusammenrollen, heißstellen. Vor dem Gast mit angewärmtem Rum flambieren, warme Schokoladensoße extra.

Hinweis: Schokoladenpalatschinken werden auch ohne das Flambieren angeboten.

Topfenpalatschinken

Siehe Quarkpalatschinken.

Überraschungsomelett

Siehe Biskuitomelett.

Flambierte Früchte

Äpfel, flambiert

Säuerliche Äpfel schälen, Kerngehäuse ausstechen. Äpfel in Ringe schneiden, in Flambierpfanne von beiden Seiten in Butter anbraten, Himbeergelee zugeben, mit Zucker bestreuen, aufkochen, mit angewärmtem Rum flambieren, anrichten und die Flüssigkeit über die Apfelringe geben, mit gehackten Nüssen bestreuen.

Aprikosen, flambiert

In Flambierpfanne etwas Butter mit Zucker zergehen lassen, mit Orangensaft ablöschen, gedünstete Aprikosenhälften darin erhitzen, mit angewärmtem Pfirsichgeist flambieren, anrichten und die Flüssigkeit über die Aprikosen geben.

Bananen, flambiert

Bananen schälen und längs halbieren, in Zitronensaft marinieren, in Flambierpfanne Butter zergehen lassen, Bananenhälften von beiden Seiten darin kurz anbraten, Kirschgelee dazugeben, mit Zucker bestreuen, aufkochen, mit angewärmtem Kirschwasser flambieren, anrichten und die Flüssigkeit über die Bananen geben.

Birnen, flambiert

Birnen schälen, Kerngehäuse entfernen, in Zitronensaft marinieren, gut abtropfen, Birnenhälften in heißer Butter in der Flambierpfanne von beiden Seiten anbraten, mit Orangensaft angießen, aufkochen, mit angewärmtem Weinbrand flambieren, anrichten, mit der Flüssigkeit übergießen, mit geraspelter Bitterschokolade bestreuen.

Erdbeeren, flambiert

Zubereitung wie Himbeeren, flambiert, anstelle von Rum Weinbrand zum Flambieren verwenden.

Erdbeeren, flambiert, auf Vanilleeis

Zubereitung wie Himbeeren, flambiert, auf Vanilleeis.

Himbeeren, flambiert

Gewaschene und abgetropfte Himbeeren zuckern (oder konservierte Himbeeren verwenden), gut durchziehen lassen, abtropfen, den abgetropften Saft mit etwas Zitronensaft in die mit Butter erhitzte Flambierpfanne geben, etwas einkochen, die Himbeeren hineingeben und erhitzen, mit angewärmtem Rum flambieren, anrichten, die Flüssigkeit über die Himbeeren geben.

Himbeeren, flambiert, auf Vanilleeis

Flambierte Himbeeren (siehe dort) auf in gekühlten Eisschalen angerichtetes Vanilleeis geben (sollte direkt vor dem Gast geschehen).

Pfirsiche, flambiert

Zubereitung wie Aprikosen, flambiert (siehe dort).

20. Internationale Garnituren und Speisenbezeichnungen

Garnituren sind Umlagen oder Verzierungen für Speisenkomponenten, mitunter auch Bestandteile von Speisen oder Gerichten. Sie geben diesen häufig den Beinamen, mit dessen Hilfe sie zu unterscheiden sind. Über die Verwendung solcher Bezeichnungen bestehen unterschiedliche Auffassungen. Ihren ursprünglichen Sinn der Orientierung haben sie weitgehend verloren, da in den meisten Fällen der Gast nicht über ihre Bestandteile Bescheid weiß. Deshalb ist es bei Verwendung solcher Bezeichnungen notwendig, eine Erklärung zu geben. Vielfach wird jedoch ganz auf sie verzichtet, und die Beilagen oder Umlagen werden direkt genannt.
Da jedoch diese Garnituren noch immer in manchen Speisenangeboten zu finden sind, soll nachfolgend eine Auswahl von ihnen erläutert werden. Es gibt Tausende solcher Garnituren, deshalb können hier nur die noch am häufigsten verwendeten aufgeführt werden. Vielfach verbirgt sich unter der gleichen Garniturbezeichnung bei verschiedenen Gerichten eine unterschiedliche Zusammenstellung. In diesem Fall werden die Varianten hintereinander aufgeführt.

alsacienne (auch à l'alsacienne)

Siehe elsässische Art.

altpolnisch

Karpfenschnitte, in brauner Fischrotweinsoße mit Rosinen und Mandelsplittern gegart.

amerikanisch

1. Leberschnitte, mit Salbei gewürzt, rosa gegrillt und mit gebratenen Tomaten und Magerspeckscheiben umlegt.
2. Spiegeleier oder gebackene Eier, mit Tomatenscheiben und gebratenen Magerspeckscheiben belegt.
3. Gedünsteter Fisch, mit Hummersoße überzogen und mit pochierten Hummerscheiben belegt.
4. Gegrilltes Brathähnchen oder gegrillter Broiler mit gegrillten Tomaten und Speckscheiben.

anglaise (auch à l'anglaise)

Siehe englische Art.

angolesisch (auch nur Angola)

Paniertes, in Fett gebackenes Fischfilet mit angeschwitzten Tomaten- und Bananenwürfeln, Currysoße und Reis.

Argenteuil (auch à l'Argenteuil)

1. Vorspeise aus einem verlorenen Ei, das in einem Tortelett auf Spargel angerichtet und mit Spargelrahmsoße überzogen wird.
2. Gedünstete Fischschnitte, mit Weinsoße überzogen und mit Spargel garniert
3. Kalbschnitte mit Spargel belegt und mit holländischer Soße überzogen.

au four

Bez. für alle Speisen, die – meist mit einem Ragout überzogen – überbacken werden.

Bäckerin-Art (franz. boulangère)

Schweins-, Hammel-, Kalbsbraten oder Bratgeflügel mit gebratenen Scheibenkartoffeln oder kleinen, geviertelten, gebratenen Kartoffeln mit gebratenen Zwiebelscheiben oder kleinen Zwiebeln und Bratensaft.

Badische Art (franz. badoise oder à la badoise)

1. Rinder- oder Kalbsbraten mit gebratenen Speckscheiben, Rotkohl und Kartoffelbrei.
2. Schweineschnitzel naturell, mit Möhren, Porree, Sellerie, Zitronenscheiben und Pfefferkörnern gegart und mit Kirschkompott kombiniert.
3. Ente, mit Gemüsestreifen geschmort und auf Sauerkraut angerichtet.
4. Fisch, in Rotweinsoße gargezogen und mit Zitronenscheiben, Champignons und glasierten Zwiebelchen garniert.

Bauern-Art (franz. paysanne, auch à la paysanne)

1. Rindergulasch mit kleinen Semmelklößchen.
2. Schweinsrücken, mit Kartoffeln und Zwiebeln zusammen gebraten.
3. Schweinskotelett, mit Kümmelsoße, Speckwürfeln, Kartoffelwürfeln, Möhren und jungen Erbsen geschmort. Beim Anrichten wird diese Garnitur auf das Kotelett gegeben.
4. Brathuhn, nach dem Anbraten mit Möhrenwürfeln, Selleriewürfeln, Zwiebeln und jungen Erbsen im Bratenfond gedünstet.

Béarner Art (franz. béarnaise, auch à la béarnaise)

Gespickter Rindslendenbraten mit jungen Erbsen und Pommes frites und Béarner Soße.

Belle Helene

Siehe Helene.

Belle Meunière

Siehe Müllerin-Art.

Bercy-Art (auch nur Bercy, franz. à la Bercy)

1. Spiegeleier oder Rühreier, mit halbierten, angebratenen Würstchen belegt und leicht mit Tomatensoße überzogen.
2. Kurzgebratene Schlachtfleischkomponenten (speziell vom Rind) mit sog. Bercy-Butter (Buttermischung mit in Weißwein gedünsteten Schalottenwürfeln, Rindermarkwürfeln und Fleischextrakt).
3. Brathuhn in Kasserolle, nach dem Anbraten mit Weißwein und Schalottenwürfeln und braunem Grundfond gegart, mit Sahne verfeinert und mit Champignons umlegt.
4. Fisch in heller Weißweinsoße, mit Schalottenwürfeln gegart, die zuletzt mit blanchierten Rindermarkwürfeln und gehackter Petersilie verfeinert wird.

Berliner Art

1. Hühner- oder Kalbsfrikassee mit Einlage von zarten Fleisch-(Hühner- oder Kalbfleisch-)Klößchen sowie Spargelstücken und Champignons.

2. Gebratene Leberschnitten auf gebratenen oder gedünsteten Apfelringen angerichtet, mit brauner Zwiebel bestreut und mit Kartoffelbrei kombiniert.
3. Naturell gebratenes Schweinssteak, mit wenig Jus auf Kartoffelbrei angerichtet und mit Rotkohl kombiniert.
4. Kalbssteak, mit pochierten, entbarteten Austern belegt, mit gedünsteten Champignons garniert, mit Sahnesoße, der das Austernwasser beigefügt ist, überzogen und mit Fleurons umlegt.

Bigarade-Art (franz. bigarade)

Gebratene Ente in einer Entenbratensoße, die mit Orangen- und Zitronensaft abgeschmeckt ist und als Einlage gedünstete Orangen- und Zitronenschalestreifchen hat.

Bonne femme

Siehe Hausfrauen-Art.

Bordeaux-Art (Bordelaiser Art, à la bordelaise)

1. Für Schlachtfleisch (Filetsteak, Rumpsteak, Schweinesteak, Rinderbraten, Kaßler): mit blanchierten Rindermarkscheiben belegt und mit Marksoße (siehe Marksoße) – auch Bordelaiser Soße genannt – überzogen und mit gehackter Petersilie bestreut.
2. Für Fisch (gegrillte oder kurzgebratene Fischschnitte oder Fischfilet): mit blanchierten Rindermarkscheiben belegt und mit Weißweinsoße überzogen sowie mit gehackter Petersilie bestreut.
3. Ente, mit einer Farce aus Weißbrot, Entenleber, gehackten Oliven und Knoblauch gefüllt und gebraten. Soße, mit Rotwein abgeschmeckt.

Bornholmer Art

1. Gefüllte Eier, deren Füllung aus dem zerdrückten Eigelb, Ketchup, Worcestersauce, wenigen Tropfen Tabasco Soße und etwas saurer Sahne besteht. Nachdem die Füllung in die Eihälften gespritzt worden ist, wird mit einem Streifen Matjeshering und einer Kaper garniert.
2. Streifen von Delikateßheringsfilets, nach dem Anrichten mit kalter Sahnesoße aus saurer Sahne, Kapern, feinen Zwiebelwürfeln und kleinwürfligem Essiggemüse, die mit Salz, Pfeffer und wenig Zucker abgeschmeckt ist, überzogen. Mit Tomatenecken garniert.

Bourgeoise

Siehe Bürgerliche Art.

Bourguignonne

Siehe Burgunder Art.

Bürgerliche Art (franz. bourgeoise, à la bourgeoise)

1. Kleine oder große Schmorkomponenten aus Schlachtfleisch (Schmorbraten und Ragouts, vor allem aus Rindfleisch) mit einer gut gebundenen Soße und mit glasierten Zwiebeln sowie gedünsteten Gemüsewürfeln (Möhren, junge Erbsen, Sellerie) und angebratenen Magerspeckwürfeln.
2. Ragout von Flecken (Kutteln) in brauner, leichter Senfsoße mit Kapern, gehackten Sardellen, Gurkenwürfeln und gehackter Petersilie.
3. Gespickte und rosa gebratene Wildsteaks, mit kleinen Pastetchen mit Preiselbeeren und gedünsteten Champignons umlegt und mit Rotweinsoße kombiniert.

Burgunder Art (franz. bourguignonne, à la bourguignonne)

1. Rühreier, in die grob geschnittene, gedünstete Weinbergschnecken gebraten sind, mit angebratenen, mageren Speckwürfeln sowie gehackter Petersilie bestreut.
2. Filetsteak, Rumpsteak, Kalbssteak oder -kotelett, mit Rotweinsoße überzogen und

mit glasierten Zwiebeln und Champignonköpfen umlegt sowie mit angebratenen Magerspeckwürfeln bestreut.
3. Rindsragout in Rotweinsoße mit Champignons und glasierten Zwiebeln.
4. Gebratene Ente in Rotweinsoße mit glasierten Zwiebeln und Champignonköpfen.

Carmen bzw. Carmencita

1. Kalter, entbeinter Entenbraten, auf Leberschaumbrot angerichtet und mit Orangenscheiben garniert. Orangensoße extra dazu geben.
2. Filetsteak, Rumpsteak, Kalbssteak oder Kalbskotelett, Schweinesteak oder -kotelett, saftig gebraten und mit angeschwitzten Streifen von Gemüsepaprika sowie angeschwitzten Tomatenwürfeln überzogen.

en casserolle

Eigentlich «im Topf», Bez. für Speisenkomponenten oder Gerichte, die im Gargefäß (Topf) serviert werden (z. B. Brathähnchen und verschiedene Ragouts) oder in einem derartigen Gefäß angerichtete Speisenkomponenten oder Gerichte (z. B. Steaks auf Bratkartoffeln mit Pilzen).

Chasseur

Siehe Jäger-Art.

Chipolata-Art (auch nur Chipolata)

Gespickte und gebratene Rindslende, geschmorte Rindssteaks oder gebratene Pute, garniert mit gebratenen Cocktailwürstchen, glasierten Maronen, Zwiebeln, mitunter auch glasierten Karotten sowie angebratenen Magerspeckwürfeln und leichter Rotweinsoße.

Chiquita-Art (à la Chiquita)

Gebratene Leber, auf gedünstetem Ananasring angerichtet und mit gebratenen Bananenschnitten umlegt sowie mit Sahnesoße überzogen.

Colbert-Art (à la Colbert)

1. Rühreier, auf feinem Hühnerragout oder Hühnerhaschee angerichtet oder in Förmchen auf feinem Hühnerragout oder Hühnerhaschee gegarte Eier.
2. Rinderfilet oder Schweinsfilet, das vorher angebraten wurde, mit Hackfleischfarce umhüllt und in Krautblätter gewickelt sowie in braunem Fond geschmort.
3. Gebratenes Fischfilet, mit Champignonköpfen und Fischklößchen umlegt sowie mit brauner Buttersoße, mit gehackter Petersilie und gehacktem Estragon soßiert.
4. Kleine, gebratene Fleischstücke (Medaillons, kleine Steaks), mit kleinen Geflügelkroketten, gebackenen Eiern und Trüffelscheiben umlegt, mit brauner Buttersoße, mit gehackter Petersilie und gehacktem Estragon soßiert.

Cordon bleu

Mit Schinken und Käse gefülltes, paniertes Kalbsschnitzel. Siehe Kalbsschnitzel, gefüllt.

à la crème

Eigentlich «in Sahne». Bez. für in Sahne oder mit Sahnesoße zubereitete Speisenkomponenten (z. B. Champignons à la crème, also Champignons in Sahnesoße).

Crêpe (Mz. Crêpes)

Kleiner, dünner Eierkuchen, das Gegenteil davon sind Pannequets, also große Eierkuchen.

Cubaine

Siehe kubanische Art.

Dänische Art

Gebratene Leberscheiben, mit Setzei belegt und mit einer mit Preiselbeeren gefüllten Tomate kombiniert.

en Daube

Eigentlich «in Dampf». Bez. für gedämpfte, mitunter auch für geschmorte Speisenkomponenten (z. B. bei Rindssteaks).

Debrecziner Art

1. Rindsgulasch mit Einlage von Scheiben von Debrecziner Würstchen.
2. Steaks, die mit angebratenen Scheiben von Debrecziner Würstchen belegt und leicht mit paprizierter Tomatensoße überzogen sind.

Derby-Art

1. Kleine Schnittchen, mit Schinkenmus bestrichen und mit Walnußkernen belegt, als kalte Vorspeise.
2. Brathähnchen, auf Risotto mit gebratener Geflügelleber angerichtet und mit Sahnesoße überzogen.

à la diable

Siehe Teufelsart.

Diplomaten-Art (à la diplomate)

1. Hummercocktail, bei dem das in Weinbrand marinierte Hummerfleisch in Sahnesoße mit Tomatenketchup und Meerrettich angemacht, mit einer Eischeibe und etwas Kaviar garniert wird.
2. Eier im Näpfchen, auf gebratener Gänseleber gegart.
3. Kleine Ragouts aus hellem Fleisch in Madeirasoße mit Champignons, die als warme Vorspeise oder Zwischengericht verwendet werden.

Dresdner Art

Pfefferfleisch aus Rindfleisch mit geraspeltem Gemüse, mit Mehl gebunden sowie mit Stampfkartoffeln und Frischkost kombiniert.

Dubarry

Rinder- oder Kalbsbraten, aber auch Filetsteaks, Kalbsteaks oder Schweinesteaks, mit überbackenen Blumenkohlröschen garniert und Madeirasoße überzogen.

Emincé

Eigentlich «in Scheiben geschnitten»; in sehr dünne Scheiben geschnittenes und gedünstetes, angebratenes oder gekochtes Rind-, Geflügel- oder Wildfleisch, das mit einer pikanten Soße als Ragout zubereitet wird, deshalb auch als sog. Soßenfleisch bezeichnet.

Englische Art, englisch (anglaise, à l'anglaise)

1. Bez. für alle englisch – also rosa – gebratenen Fleischkomponenten (siehe auch S. 224).
2. Gebratener oder gegrillter Fisch mit zerlassener Butter.
3. Steak oder Kotelett, mit Ei und frischer Weißbrotkrume paniert, gebraten und mit geschälten Zitronenscheiben belegt, mit brauner Butter begossen.
4. Lamm- oder Hammelbraten mit Pfefferminzsoße (siehe Pfefferminzsoße).
5. Gebratene Ente oder Gans, mit einer Semmelfarce mit Salbei und angeschwitzten Zwiebeln gefüllt und mit Preiselbeer- oder Apfelsoße kombiniert.
6. Gegartes Gemüse, als Beilage (z. B. Blumenkohl, junge Erbsen, Brechbohnen) heiß mit frischer Butter belegt.

Elsässische Art, Elsässer Art (alsacienne, à l'alsacienne)

1. Schweinesteak oder -kotelett oder gebratene Ente, auf Sauerkraut angerichtet und mit gebratenen Würstchen garniert.
2. Schweinebraten, Kalbsbraten oder Brathähnchen mit kleinen runden Bratkartoffeln, gebratener Gänseleber und brauner Soße mit gehackten Kräutern.

3. In Weißweinsoße gargezogener Fisch mit Sauerkraut und Salzkartoffeln.
4. Bratgeflügel mit in Butter angeschwenkten dünnen Nudeln, die mit gebratener Geflügelleber und Champignons vermengt sind.

Escalope

Franz. für Schnitzel.

Espagnole

Siehe Spanische Art.

Feinschmecker-Art (Gourmet, à la gourmet)

Kurzgebratene Komponenten aus Rind-, Kalb- oder Wildfleisch, auch gespickte Rindslende oder Rehrücken, umlegt mit Artischockenböden, die mit gedünsteten Champignons und Trüffeln gefüllt sind, kombiniert mit Madeirasoße.

Fiaker-Art

Rindsgulasch, das beim Anrichten mit einem weichen Ei, Cocktailwürstchen und Fächern von Delikateßgurke garniert und mit Salzkartoffeln kombiniert wird.

aux fines herbe

Eigentl. «mit feinen Kräutern», im weiteren Sinne für alle Speisenkomponenten in Kräutersoße oder für solche, die mit gehackten Kräutern gedünstet wurden.

Flämische Art (flamande, à la flamande)

1. Grüne Heringe, in einem Fond aus Weißwein, Schnittlauch, Butter und Zitronensaft gedünstet, aus dem mit geriebener Semmel und gehackten Kräutern die Soße zubereitet wird, die beim Anrichten über die warmen Heringe gegeben wird.
2. In Fischfond mit hellem Bier gargezogene Fischschnitten, die mit heller Soße, die aus dem Garfond mit Mehlbutter zubereitet wird, soßiert und mit gehackten Kräutern bestreut werden.
3. Gemüsekomponenten, die mit Petersiliesoße gebunden sind.
4. Saftig gebratenes Schweinskotelett, auf dicken Apfelringen mit brauner Soße geschmort.
5. Gekochte Rinderbrust oder geschmorte Schlachtfleischkomponenten, mit gedünsteten Kohlköpfchen (auch mit Fleischfarce gefüllt), gedünsteten Stücken von Möhren und weißen Rüben, Knoblauchwurstscheiben und blanchierten Scheiben von magerem Speck umlegt.

Florentiner Art (Florenzer Art, florentine, à la florentine)

Eier-, Fisch-, Geflügel- oder Schlachtfleischkomponenten, die mit einer Komponente aus Spinat in unterschiedlicher Zubereitungsweise (Blattspinat, pürierter Spinat, Spinatpastetchen oder -törtchen) zusammengestellt sind. Mitunter auch noch mit Grießkroketten, die mit Parmesankäse abgeschmeckt sind, und tomatisierter brauner Soße ergänzt.
Gedünsteter Fisch, Florentiner Art, wird zusätzlich auch noch mit Käsesoße überzogen und überbacken.

Försterin-Art (forestière, à la forestière)

Steaks oder geschmorte Komponenten aus Wildbret oder auch aus dunklem Schlachtfleisch mit Beilage von mit Speck und Zwiebeln gedünsteten Morcheln und Würfelbratkartoffeln, die aus rohen Kartoffeln mit Schnittlauch zubereitet wurden.

Frankfurter Art

Gedünstete oder gargezogene Schnitten von Süßwasserfischen, auf in Sahne gedünsteten, frischen Gurkenscheiben angerichtet, mit Dillsoße überzogen und mit angeschwitzten, abgezogenen Tomatenwürfeln garniert.

Französische Art (française, à la française)

1. Gemüsekomponenten (besonders junge Erbsen und zarte grüne Bohnen), mit kleinen, jungen Zwiebeln gedünstet.
2. Kurzgebratene Schlachtfleischkomponenten (Steaks, Medaillons) oder gebratenes Geflügel, mit verschiedenen, getrennt angerichteten, gedünsteten Gemüsen (häufig auch in Tarteletten angerichtet), die mit holländischer Soße überzogen sind, sowie mit Kartoffelkroketten kombiniert.

Frittura

Eigentlich «Fettgebackenes»; kleine, dünngeklopfte Schnitzel oder Medaillons, die saftig gebraten und mit Parmesanreis oder Spaghetti angerichtet werden. Mitunter auch vor dem Braten noch durch zerquirltes Ei gezogen.

Frühlings-Art (printanière, à la printanière)

Gebratene Schlachtfleisch- oder Geflügelkomponenten, mit verschiedenen gedünsteten, jungen Gemüsen umlegt.

Gärtnerin-Art (jardinière, à la jardinière)

Komponenten aus Rind- oder Kalbfleisch, auch Geflügel, mit gedünsteten, jungen Gemüsen gruppenweise umlegt. Teilweise wird das Gemüse auch mit der Bratensoße angemacht und so über das Fleisch gegeben.

Gastronom-Art (gastronome, à la gastronome)

1. Kleine Blätterteigpastete, gefüllt mit braunem Hühnerragout mit Champignons und Trüffeln.
2. Brathähnchen, mit glasierten Maronen und geschmorten Morcheln umlegt, die Hähnchensoße ist mit Schaumwein abgeschmeckt.
3. Steaks von Schlachtfleisch mit Trüffelsoße, glasierten Maronen und Morcheln.

Gatschiner Art (gatschinskoje)

Hühnerhackmasse, zu Steaks geformt, mit Kremchampignons gefüllt, in Mehl, zerrührtem Ei und geriebener Semmel paniert und knusprig gebraten.

Beilage: junge Erbsen, gedünstet, Bratkartoffeln und Madeirasoße.

Genfer Art (genevoise, à la genevoise)

1. Gebratenes Fischfilet oder Fischschnitten mit brauner Rotweinsoße, die mit Sardellenpaste abgeschmeckt ist.
2. Geschmorte Schlachtfleischkomponenten auf Butternudeln, die mit gedünsteten Champignons vermengt sind, angerichtet und mit kräftiger brauner Soße überzogen.

Geschnetzeltes

Dünne Fleischscheibchen von zartem Schlachtfleisch und Geflügel, mehliert und rasch von beiden Seiten gebraten, mit pikanter, heißer Soße aufgefüllt und, ohne aufzukochen, durchgezogen. Meist noch mit Einlage von Champignonköpfen. Die unterschiedlichen Arten des Geschnetzelten werden meist noch näher bezeichnet, wie Kalbsgeschnetzeltes, Sahnegeschnetzeltes. Ähnlich Emincé (siehe dort).

Gourmet

Siehe Feinschmecker-Art.

Grenadin

Geschmorte oder in braunem Bratenfond gedünstete – meist gespickte – Schnitte (etwa Schnitzelgröße) von Rind-, Kalbs-, Hammel- oder Wildfleisch, mitunter auch von Geflügel (vor allem von Pute).

Grillade

Auf dem Grill gegarte Speisenkomponente, im engeren Sinne vor allem für gegrillte Fleischkomponenten.

Gundel (à la Gundel)

Palatschinken (kleine dünne Eierkuchen), mit einer Nußfarce (geriebene Nüsse, Rosinen, Rum, Milch, geriebene Orangenschale) gefüllt und mit heißer Schokoladensoße überzogen.

Harzer Art

1. Kalte Platte, die aus Harzer Käse, Griebenfett und einigen Scheiben grober Rohwurst, mit Delikateßgurkenscheiben garniert, besteht.
2. Sülze, die aus gekochtem, mit Zwiebel grob gewolftem Schweinekopf, in gleicher Menge mit rohem Schweinehackfleisch vermengt, und in der Kochbrühe zubereitet, besteht. Mit Salz, Pfeffer, Majoran und Knoblauch abgeschmeckt. Nach dem Erkalten mit Graubrot oder Bratkartoffeln angerichtet.
3. Wurstsalat aus in mittelgroße Würfel geschnittener, geräucherter Blutwurst und Rauchspeck, die mit feinwürflig geschnittenen Zwiebeln, Pfeffer, Salz, Essig und wenig Zucker vermengt sind. Nachdem der Salat durchgezogen ist, wird er mit Graubrot angerichtet.

Hausfrauen-Art (bonne femme, à la bonne femme)

1. Gebratene oder gegrillte Fischschnitte, mit zerlassener, mit gehackten Kräutern und Senf verrührter Butter umkränzt.
2. Gargezogener oder gedünsteter Fisch, der in Weißweinsoße mit Champignonscheiben und gehackter Petersilie gegart wurde, oder Fisch in Fischfond und Weißwein, mit Champignons gedünstet und mit aus dem Fond bereiteter Soße.
3. Gebratener Kalbs-, Schweins- oder Hammelrücken oder andere Bratenstücke, auf braun gebratenen Kartoffelwürfeln oder olivenförmig geschnittenen gebratenen Kartoffeln mit kleinen gebratenen Zwiebeln und mageren Speckwürfeln angerichtet. Mitunter werden die Bratkartoffeln noch mit gedünsteten Champignonscheiben oder -stücken vermengt. Den Braten mit Bratensoße soßieren.
4. Gekochte Schlachtfleischkomponenten (vor allem aus Rind- oder Hammelfleisch), die in Scheiben geschnitten, mit Buketts von gedünsteten Möhren, jungen Erbsen und Brechbohnen umlegt und mit der Kochbrühe soßiert werden.
Beilage Salzkartoffeln.
5. Gedünstete Gemüsekomponenten (speziell grüne Bohnen oder grüne Erbsen), mit Speck- und Zwiebelwürfeln zubereitet.

Helene (auch Hélène oder Belle-Helene)

1. Fischfilet oder Fischschnitte, gebraten oder gedünstet, auf Butternudeln angerichtet, mit Mornaysoße überzogen und goldgelb überbacken.
2. Gedünstete und entkernte Birnenhälfte, auf Vanilleeis angerichtet, mit Schokoladensoße überzogen und mit Schlagsahnetupfen garniert.

Holstein-Art (à la Holstein)

Naturell gebratenes Kalbsschnitzel- deshalb auch Holsteinschnitzel genannt –, mit einem Setzei belegt, das mit Sardellengitter oder Sardellenringen mit Kapern garniert wird, mit kleinen Weißbrotcroutons umlegt, die mit Räucherlachs, Kaviar, Sardellen und Gänseleber belegt sind. Als Beilage Butterbohnen und Petersiliekartoffeln.

Hongroise

Siehe Ungarische Art.

Hrachová

Dünnflüssige Erbsensuppe, mit Majoran und Knoblauch abgeschmeckt, mit Einlage von Streifen aus gekochtem, frischem oder gepökeltem Schweinsohr und gerösteten Weißbrotwürfeln.

Hubertus

1. Gebackene Eier, auf feinem Wildragout angerichtet, das mit gekochten Linsen vermengt ist, mit Wildsoße umkränzt.
2. Rosa gebratene Leberschnitte auf gebratenen Apfelscheiben, mit goldgelb gebratenen Zwiebelscheiben umlegt und mit einer Soße umkränzt, die durch Ablöschen des Bratensatzes mit braunem Grundfond zubereitet wird.

Indische Art (à l'indienne)

1. Gedünstete Geflügelschnitten oder -brustfilets bzw. gedünstete Fischschnitten oder -filets, auf körnigem Reis angerichtet und mit einer Currysoße, die mit feinen Zwiebelwürfeln, Apfelstücken und geriebenen Mandeln zubereitet wurde, überzogen.
2. Lammragout (Lammcurry), das mit Curry, Apfelspalten und geschälten Mandeln zubereitet wurde. Beilage körniger Reis.

Italienische Art (italienne, à l'italienne)

1. Fischschnitte oder Fischfilet, mit Pilzsoße überzogen, mit Reibekäse bestreut und goldgelb überbacken.
2. Gebackene oder verlorene Eier, mit brauner Champignonkräutersoße, die mit angebratenen Schinkenwürfeln vermengt ist, umkränzt.
3. Kalbshaxe (Ossobucco), in fingerdicke Scheiben zerteilt und mit Tomatenwürfeln, Weißwein, Knoblauch, Zitronensaft und Kräutern geschmort. Beilage Parmesanreis oder Spaghetti mit Parmesan.
4. Kalbs- oder Lammsteaks, saftig gebraten, mit gebratener Schinkenscheibe belegt und mit brauner Kräuterchampignonsoße umkränzt. Mitunter noch mit gedünsteten Artischockenvierteln ergänzt. Beilage Parmesanreis oder Spaghetti mit Parmesan.

Jäger-Art (chasseur, à la chasseur)

1. In Förmchen pochiertes Ei oder gebackenes Ei, mit gedünsteten Pilzen angerichtet.
2. Steak (vor allem Filetsteak), saftig gebraten und mit brauner Champignonsoße, mit gedünsteten Tomatenwürfeln und gehackter Petersilie umkränzt.
3. Brathähnchen, mit Champignons und braunem Fond gargeschmort, mit gehackten Kräutern (Kerbel, Estragon, Petersilie) abgeschmeckt.
4. Gespickte Wildleber, saftig gebraten und mit gebackenen Zwiebelringen angerichtet, mit brauner Wildsoße, die mit Essig und Blut verrührt ist, umkränzt, mit gehackter Petersilie bestreut.
5. Schnitzel J. oder Jägerschnitzel ist panierte, in Scheiben geschnittene und knusprig gebratene Jagdwurst, die mit Tomatensoße angerichtet wird.

Jardinière

Siehe Gärtnerin-Art.

Kiewer Art (auch Hühnerbrust K. oder Kiewer Hühnerkotelett)

Siehe Hühnerkotelett, gefüllt.

Kolosvaer Art

Auf beiden Seiten braun angebratener Rostbraten, mit Zwiebelsoße und Sahne sowie rohen Kartoffelvierteln und Vierteln von Kohlköpfchen gargeschmort.

Koszalin (Schweinsfilet K.)

Drei saftig gebratene Schweinsfiletmedaillons, mit Kräuterbutter, gebackenen Zwiebelringen sowie mit in Tomatenmark geschmorten roten Rüben belegt. Beilage Pommes frites und gemischter Salat.

Kreolen-Art, kreolisch (à la créole)

1. Gebackene oder verlorene Eier, mit gedünsteten Tomatenwürfeln und Ge-

müsepaprikastreifen garniert, mit Tomatensoße (mit Knoblauch und Cayenne abgeschmeckt) umkränzt.
2. Fischschnitte oder Fischfilet, in Tomatensoße mit Knoblauch, Gemüsepaprikastreifen und Tomatenwürfeln gedünstet bzw. gargezogen.
3. Steak von Schlachtfleisch, saftig gebraten, mit Tomaten-Knoblauchsoße soßiert und mit gefülltem Gemüsepaprika garniert. Beilage körniger Reis.
4. Wildbraten, gespickt und in Rotwein mariniert, mit Rotwein und brauner Pfeffersoße geschmort. Beilage gebratene Bananen und körniger Reis.

Kubanische Art, kubanisch (à la cubaine)

1. Bananensalat aus Bananenscheiben, Kopfsalatstreifen, Zitronensaft, Pfeffer, Salz, Salatsoße aus Frischkäse mit Sahne und Johannisbeergelee. Auf Kopfsalat angerichtet, mit gehackten Nüssen bestreut.
2. Steaks von Schlachtfleisch, garniert mit einem Ragout aus angeschwitzten Tomatenwürfeln und Gemüsepaprikastreifen, das mit Knoblauch abgeschmeckt ist. Mitunter auch noch mit angeschwitzten Zwiebeln und Süßmaiskörnern.

Kulebjaka

Große Krustenpastete (aus Hefeteig), mit Fischfarce unterschiedlicher Zusammenstellung gefüllt.

Lady Curzon

1. Schildkrötensuppe, mit Sherry oder Portwein abgeschmeckt und mit einem Häubchen von mit Curry abgeschmeckter, ungesüßter Schlagsahne.
2. Mit Champignonreis gefülltes und gedünstetes Masthuhn mit Currysoße, die mit Zwiebelwürfeln, Apfelstückchen und geriebenen Mandeln zubereitet wurde.

Lyoner Art (lyonnaise, à la lyonnaise)

1. Legierte Geflügelsuppe mit Einlage von Eierstichwürfeln und gedünsteten Maronenstückchen.
2. Dünne Rindfleischstreifen oder kleine Würfel, auf Zwiebeln geschmort, mit brauner Soße und etwas Essig abgeschmeckt.
3. In Portionsstücke zerlegte Ente, mit Zwiebeln und Maronen geschmort.
4. Grüne Bohnen, auf angeschwitzten Zwiebeln gedünstet, mit gehackter Petersilie, Pfeffer, Salz und Essig abgeschmeckt.
5. Bratkartoffeln, mit angeschwitzten Zwiebelscheiben und gehackter Petersilie vermengt.

Mailänder Art (milanaise, à la milanaise)

1. Fischschnitten oder Fischsteaks, in Mehl, Ei, geriebener Semmel und geriebenem Käse paniert, in Fett gebacken und auf Tomatenspaghetti mit Zungenstreifen, Champignons und Schinkenstreifen angerichtet.
2. In tomatisierter brauner Soße geschmortes Rindersteak, auf Käsemakkaroni angerichtet.
3. Kalbsschnitzel, mit Käserisotto gefüllt und in Tomatensoße gargeschmort.
4. Rinds- oder Kalbsbraten oder auch kurzgebratene Fleischkomponenten, mit einem Ragout aus Tomatensoße, Streifen von gekochter Pökelzunge, Schinkenstreifen und Champignons überzogen und mit Reibekäse bestreut. Beilage Spaghetti oder Makkaroni.
5. Tomatensuppe, mit Einlage von gedünsteten Apfelstücken und mit Reibekäse bestreut.

Malta-Art (maltaise, à la maltaise)

In Portionsstücke geteilte Ente, in Weißwein, brauner Geflügelsoße und Orangensaft geschmort.

Marengo-Art (auch nur Marengo)

1. Kalbs- oder Rindsragout, das mit Weißwein, Tomate und brauner Soße geschmort wurde, mit Einlage von kleinen, gedünsteten Zwiebeln und Champignons, mit gehackter Petersilie bestreut.
2. Mit Tomate und Weißwein geschmortes Huhn mit Tomatenwürfeln und Champignons. Mit gebackenen Eiern und Krebsen garniert.

Märkische Art (auch nur märkisch)

1. Eintopf, der aus Rebhuhn, Schweinefleisch, Hammelfleisch, Möhren, Wirsing, Zwiebeln, Rüben (eigentlich Teltower Rübchen) und Kartoffeln besteht. Die Zutaten, außer den Kartoffeln, werden, in Scheiben geschnitten, mit einem halbierten, angebratenen Rebhuhn in ein feuerfestes Gefäß gegeben, mit Salz und Pfeffer gewürzt, mit Brühe bedeckt und im verschlossenen Gefäß in der Brat- oder Backröhre gegart. Die Kartoffeln werden so beigefügt, daß alles gemeinsam gar ist.
2. Hacksteak (aus Rind- und Schweinefleisch), saftig gebraten und in Pilzsoße gargeschmort.

Mecklenburger Art

Geschmorter, gefüllter Schweinebauch, dessen Füllung aus Hackfleisch, Backpflaumen, Rosinen, Äpfeln und geriebener Semmel besteht. Wird mit Sauerkraut angerichtet.

Meißner Art

Ente, die, roh ausgebeint, mit in Streifen geschnittenem Weißkohl, geraspelten Äpfeln, angeschwitzten Zwiebeln und Speckwürfeln gefüllt und in braunem Fond geschmort wird.

Meunière

Siehe Müllerin-Art.

Mexikanische Art (auch mexikanisch, mexicaine, à la mexicaine)

1. Austern werden entbartet und als kalte Speisenkomponente in der Schale mit einer dickflüssigen Soße aus püriertem, grünem Gemüsepaprika, Tomaten, Zwiebeln, Knoblauch, Kräutern, Salz und Pfeffer überzogen.
2. Kurzgebratene Komponenten, vor allem Filetsteak, Rumpsteak und Schweinsfilet, aber auch Brathuhn, mit geschmorten, großen Champignonköpfen, die mit gedünsteten Tomatenwürfeln gefüllt sind, sowie mit gedünsteten grünen Gemüsepaprikastreifen umlegt, mit einer kräftig mit Tomatenmark abgeschmeckten braunen Soße soßiert.

Meyer (auch Meier, à la Meyer)

Filetsteak, auf Zwiebelbratkartoffeln, die in wenig brauner Soße geschmort wurden, angerichtet oder Filetsteak, mit Zwiebeln gebraten und mit Bratkartoffeln umlegt. Häufig wird das Filetsteak noch mit einem Setzei belegt.

Milanaise

Siehe Mailänder Art.

à la minute

Eigentlich auf schnelle Art, in wenigen Minuten. Im engeren Sinne alle Speisenkomponenten (z. B. kurzgebratene), die auf Bestellung in wenigen Minuten zubereitet werden können.

Miroton de boeuf

Überbackene Rinderbrust, siehe S. 285.

Mornay (à la Mornay)

1. Schmorgurken, mit Käsesoße überzogen, mit Reibekäse bestreut, mit Butter beträufelt und goldgelb überbacken.

2. Gebratene Scheiben von Hammelrücken, mit Mornaysoße überzogen, mit Reibekäse bestreut, mit Butter beträufelt und überbacken. Mit brauner Soße angerichtet und mit Petersiliekartoffeln als Beilage.
3. Verschiedene weitere Varianten, die alle darauf zurückgehen, daß eine Speisenkomponente mit Käsesoße (siehe dort) überzogen und überbacken ist.

Moskauer Art (moscovite, à la moscovite)

1. Kraftbrühe von Stör, mit Gurkenbrühe abgeschmeckt und mit Einlage von gedünsteten Steinpilzen sowie Vesiga (Rückenmark der Störe).
2. Gebackenes Fischfilet (oder gebratenes Fischfilet), in feuerfestem Geschirr auf Bratkartoffeln (in Spalten geschnitten) angerichtet, mit gedünsteten Pilzen umlegt, mit Scheiben von hartgekochtem Ei und angeschwitzten Zwiebelscheiben belegt und mit Sahnesoße oder saurer Sahne übergossen, mit geriebenem Käse bestreut, mit Butter beträufelt und im Ofen überbacken.
3. Gedünstete Fischschnitte von Süßwasserfischen, mit Kaviarsoße soßiert, mit geschmorten kleinen Zwiebeln und Bratkartoffeln angerichtet.
4. Gans oder Ente, auf Apfelringen gebraten, portioniert auf Kascha aus Buchweizen (mit Gänsefett und Pilzen zubereitet) angerichtet, Apfelmus gesondert dazu gereicht.
5. Paniertes Schweinskotelett oder Hacksteak, saftig gebraten, mit gebratener Apfelscheibe belegt und mit geriebenem Meerrettich bestreut.

Müllerin (auch Müllerin-Art, meunière, à la meunière)

Fischfilet, Fischschnitten oder kleine Fische (Portionsfische), mehliert gebraten, in der Bratbutter gehackte Petersilie und Kapern angeschwenkt und über den Fisch gegeben.

à la nage

Im Würzsud gegart und auch im Gargefäß serviert (z. B. für Krebse oder Fische).

Neapolitanische Art (neapolitanisch, Neapler Art, napolitaine)

1. Gebratenes Fischfilet oder Fischschnitte, auf Käsemakkaroni oder -spaghetti angerichtet, mit Käsesoße überzogen, überbacken und mit Tomatensoße umkränzt.
2. Spaghetti, in Butter angeschwenkt, mit Tomatenmark oder gedünsteten Tomatenwürfeln bedeckt und mit Reibekäse bestreut.
3. Kalbskotelett oder -schnitzel, paniert mit Reibebrot und Reibekäse, knusprig gebraten, auf Käsespaghetti angerichtet und mit Tomatensoße umkränzt.

Nelson (nach Nelson, à la Nelson)

1. Filetsteak in Kasserolle, auf in brauner Soße mit angeschwitzten Zwiebeln, Mixed Pickles, Karotten und Champignons geschmorten Bratkartoffeln angerichtet, Kasserolle abgedeckt und alles im Ofen durchgezogen.
2. Kalbsrücken, gedünstet, aufgeschnitten, zwischen die Scheiben Zwiebelmus oder Zwiebelsoße (Soubise) gestrichen, wieder zusammengesetzt, mit Mornaysoße überzogen und überbacken.
3. Graubrotschnittchen, mit Butter bestrichen, mit Räucherfisch (Aal, Lachs od. dgl.) belegt und mit Rührei abgedeckt.

Normannische Art (normannisch, à la normande)

1. Ragout aus Fischen und Krebsen sowie Austern, mit Fischveloutésoße gebunden, mit Eigelb und Sahne legiert sowie Einlage von Champignons.
2. Ente oder Brathuhn, mit Apfelringen gebraten, mit Calvados abgebrannt sowie mit Apfelwein und brauner Soße geschmort.
3. Fasan oder Rebhuhn, mit Äpfeln gebraten und mit Sahne im geschlossenen Gefäß gargeschmort.

Opern-Art (opèra, à l'opèra)

1. Gedünstetes Fischfilet oder Fischschnitten mit heller Fischsoße und Grünspargel.
2. Gebratene Geflügelleber in Madeirasoße, in Tarteletten angerichtet, Kartoffelkroketten und Spargel.
3. Gebratene Lendenschnitte mit Geflügelleberragout in Madeirasoße und Spargel.

Orientalische Art (à l'orientale)

1. Geschmortes Geflügel, in einer kräftig mit Tomate abgeschmeckten Soße mit körnigem Reis mit gedünsteten Erbsen vermengt.
2. Rosa gebratene Lendenschnitte mit tomatisierter Soße, Kartoffelkroketten und mit körnigem Reis gefüllte, gegrillte Tomaten.
3. Kalte Fischkomponente aus Fischschnitten, Fischfilet oder kleinen Portionsfischen, in würzigem Sud mit Fenchel, Lorbeer, Safran und Petersilie gegart und im Sud serviert.

Orly-Art (nach Orly)

Fischfilet oder Fischschnitte, in Backteig gehüllt, in Fett gebacken und mit Tomatensoße umkränzt angerichtet.

Ossobucco

In fingerbreite Scheiben zerteilte Kalbshaxe, die angebraten und mit Weißwein, Zwiebelwürfeln, vielen abgezogenen Tomatenwürfeln, Kräutern, Knoblauch und Zitronensaft gargeschmort wird. Beilage Tomatenspaghetti mit Schinkenstreifen und Champignons oder Makkaroni mit Reibekäse.

Pariser Art (parisienne, à la parisienne)

1. Kurzgebratene Fleischkomponenten (vor allem Filetsteak, Tournedos) mit gebratenen Kartoffelkugeln (siehe dort) – auch Pariser Kartoffeln genannt – und gedünsteten Artischockenböden, mit jungem Gemüse gefüllt. Teilweise anstelle der Artischockenböden auch Champignons.
2. Rinderschmorbraten in Madeirasoße mit glasierten Karotten, Zwiebeln und Würfeln von geschmortem Kalbsfuß.
3. Schnitzel, mehliert durch verrührtes Ei gezogen, goldgelb gebraten, mit brauner Butter umkränzt und mit jungen Erbsen ergänzt. Pariser Kartoffeln als Beilage.

Parmentier-Art (Parmentier, à la Parmentier)

1. Auflauf, der aus einer Schicht Kartoffelbrei, einer Schicht tomatisiertem, würzigem Fleischhaschee und wieder einer Schicht Kartoffelbrei besteht, die mit Eigelb und Sahne bestrichen gebacken werden.
2. Ragout aus dünnen, rasch angebratenen Fleischscheiben, die mit brauner Soße und gekochten Kartoffelwürfeln geschmort und mit gehackter Petersilie bestreut werden.
3. Mit Weißwein, brauner Soße und kleinwürflig geschnittenen, gebratenen Kartoffeln geschmortes Huhn.
4. Kurzgebratene Fleischkomponenten (Steaks, Koteletts) mit Beilage von aus rohen Kartoffeln zubereiteten Bratkartoffeln, die mit viel gehackter Petersilie bestreut werden.

Pasta

Sammelbegriff in Italien für verschiedenartig zubereitete Teigwarenspeisen (z. B. mit Butter und Reibekäse oder mit Tomatenfleischhaschee), die nicht als Beilage, sondern als Zwischengericht oder Imbiß verzehrt werden.

Paysanne

Bauern-Art.

au Persil

In Petersilie, in engerem Sinne in oder mit Petersiliesoße (z. B. gargezogene Fischschnitten, Fleischklopse).

Piccata

Dünn geklopfte Kalbsfiletschnitten, die rasch in Butter gebraten und in verschiedenen Variationen mit Beilagen und Soßen kombiniert werden. Nach der Kombination erhalten sie ihre Zusatzbezeichnung (z. B. Piccata napolitaine als Kombination mit Spaghetti, gedünsteten Tomatenwürfeln und Reibekäse). P. wird auch vor dem Braten durch Eigelb gezogen und mit Reibekäse paniert.

Pichelsteiner Art

Angeschwitzte Rindfleischwürfel mit Zwiebeln, Gewürzen und verschiedenen Gemüsen sowie Kartoffeln als Eintopf zubereitet (deshalb auch Eintopf Pichelsteiner Art oder Pichelsteiner Topf).

Polnische Art (polonaise, à la polonaise)

1. Gemüsekomponenten (vor allem Blumenkohl, Chicorée, Porree), mit gehackten hartgekochten Eiern, Petersilie und mit in Butter angeschwitzten Semmelbröseln übergossen.
2. Geschmorte Gans oder Ente auf Sauerkraut, mit angebratenen Scheiben von polnischer Wurst angerichtet, mitunter noch mit Fleischklößchen und Madeirasoße ergänzt.
3. Gargezogener Fisch (vor allem Karpfen) in Rotweinsoße, die mit Pfefferkuchen gebunden ist und Einlage von Gemüsestreifen und Mandeln (mitunter auch noch Rosinen) hat.
4. Wildbraten (Hirsch, Wildschwein) in kräftiger Sahnesoße (mit saurer Sahne), mit geschmorten Steinpilzen und Sauerkraut als Beilage.

Polpetti

In Tomatensoße geschmorte Kalbshacksteaks.

Portugiesische Art (portugiesisch, portugaise, à la portugaise)

1. Rühr- oder Setzeier, mit gedünsteten oder gebratenen Tomatenscheiben oder -würfeln belegt oder umlegt, mit viel gehackter Petersilie bestreut.
2. Gekochte Eier, auf Tomatenragout (Tomatenwürfel mit Zwiebeln angeschwitzt) angerichtet und mit Tomatensoße überzogen.
3. Geschmorte oder gebratene große Fleischkomponenten (z. B. gespicktes Rinderfilet, Schmorbraten) oder großes Geflügel (z. B. Pute), mit gedünsteten, gefüllten Tomaten (meist mit Pilz- oder Reisfüllung) umlegt, mit kräftig mit Tomate abgeschmeckter Soße soßiert. Beilage Schloßkartoffeln (siehe dort).
4. Kurzgebratene oder gegrillte Schlachtfleischkomponenten (vor allem Steaks), mit gegrillten Tomaten und gebackenen Zwiebelringen umlegt, mit Madeirasoße soßiert. Beilage Schloßkartoffeln (siehe dort).
5. Geflügelragout aus in Öl angebratenen und mit Knoblauch, Tomate, Pfeffer, Salz, Zwiebeln geschmorten und mit Weißwein abgeschmeckten Geflügelstücken. Mit gegrillten Tomaten umlegt, Beilage körniger Reis. Mitunter noch Einlage von gedünsteten Champignonköpfen im Ragout.

Posharskijer Art (auch Kotelett oder Steak Posharskije)

Panierte und knusprig gebratene Steaks oder als Kotelett geformte kurzgebratene Komponenten mit Pommes frites und gemischtem Salat kombiniert.

Prager Art

1. In Förmchen mit Schinkenwürfeln und Petersilie pochiertes Ei, auf ausgestochenem Toast angerichtet und mit Pilzsoße umkränzt.
Steak oder Schnitzel, mit Schinkenrührei belegt, mit Pommes frites und gemischtem Salat kombiniert.

Printanière

Siehe Frühlings-Art.

Provenzalische Art (provenzalisch, provençale, à la provençale)

1. Zarte Scheibchen von Schlachtfleisch oder Geflügel, in Öl mit Zwiebelwürfeln, Tomatenwürfeln, Knoblauch und Oliven angeschwitzt und als Ragout gargeschmort.
2. Braunes Geflügelragout, mit Weißwein, Tomatenwürfeln, Oliven, Knoblauch und Sardellenpaste oder -filets abgeschmeckt.
3. Kurzgebratene oder gegrillte Schlachtfleischkomponenten (vor allem Steaks), mit gefüllten Tomaten (Füllung aus Champignons in Petersiliesoße) umlegt und mit stark mit Knoblauch abgeschmeckter Tomatensoße umkränzt.

Ramequins

Krapfen aus Käsebrandteig, mit Scheibenkäse überbacken (gut geeignet als Beilage zu Getränken).

Reindl-Art (nach Reindl)

In Tomatenpaprikasoße mit Kümmel und Majoran in feuerfestem Geschirr geschmorter Rostbraten, mit dem zuletzt Kartoffelscheiben mitgeschmort werden. Mit Scheiben von Salz- oder Delikateßgurken garniert.

Risotto

1. Sättigungsbeilage aus körnig zubereitetem Reis (siehe S. 366).
2. Gruppenbezeichnung für italienische Reisgerichte, die als Zwischen- oder auch als Hauptgericht verzehrt werden. Die Grundlage ist immer der körnig zubereitete Reis (Risotto), der mit verschiedenen anderen Komponenten oder einzelnen Zutaten ergänzt wird (z. B. Geflügelleber, Pilzen, Fisch). Siehe auch Risotto con funghi, Risotto od Kalamara.

Rossini-Art (Rossini, à la Rossini)

Filetsteaks oder Tournedos oder auch gebratene Geflügelbrust, mit gebratener Gänseleber und Trüffelscheiben belegt und mit brauner Kraftsoße, die mit Trüffelfond abgeschmeckt ist, umkränzt.

Rouelle

Große Kalbskeulenschnitte (quer zur Kalbskeule geschnitten), saftig gebraten und als Portionsstück für mehrere Personen, also am Tisch tranchiert, mit unterschiedlichen Garnituren serviert.

Rumänische Art (rumänisch, roumaine, à la roumaine)

1. Feinkostsalat aus gegartem Rind- oder Kalbfleisch mit Kartoffelwürfeln, Zwiebelwürfeln, Salzgurkenwürfeln, Senf, geschabtem oder geriebenem Meerrettich, Knoblauch, Streifen von grünem Gemüsepaprika und roten Rüben sowie Mayonnaise.
2. Schmorgurken, mit gehackten Sardellen und Petersilie abgeschmeckt.
3. Kurzgebratene oder gegrillte Fleischkomponenten (auch aus Hackfleisch, wie Mititei – siehe dort) mit einer Schmorgurkenbeilage wie unter 2.

Russische Art (russisch, à la russe)

1. Schmorgurken in saurer Sahne, mit viel gehacktem Dill zubereitet (sowohl als Vorspeise wie als Gemüsebeilage üblich).
2. Fischschnitte oder Fischfilet in Tomatensoße mit Einlage von Salzgurkenstreifen, Petersiliewurzel- und Möhrenscheiben gedünstet sowie glasierten Zwiebeln, Pilzen, Oliven und Kapern. Beilage Bratkartoffeln von rohen Kartoffeln.
3. Gebratene Ente oder Gans in einer kräftigen Sahnesoße (mit saurer Sahne) mit Einlage von Salz- oder Gewürzgurkenstreifen.
4. Geschmorte Steaks (vor allem von Rind)

in Sahnesoße, mit geschmorten Pilzen, Salzgurkenstreifen, Streifen oder Scheiben von roten Rüben garniert. Beilage Bratkartoffeln von in Spalten geschnittenen rohen Kartoffeln. Reichlich mit gehackter Petersilie bestreut.

Sächsische Art (sächsisch, saxonne, à la saxonne)

1. Brathuhn oder Hühnerragout, mit Blumenkohlröschen, Krebssoße sowie mit Krebsschwänzen garniert.
2. Kasseler Kotelett oder Steak, mehliert, von beiden Seiten knusprig angebraten, in Kartoffelpuffermasse gehüllt (siehe Kartoffelpuffer) und von beiden Seiten langsam gebraten. Beilage gemischter Salat oder anderer Frischkostsalat.
3. Kurzgebratene Fleischkomponenten (z. B. Kalbssteak, Schweinssteak), belegt mit Rührei mit Pilzen, mit viel gehackter Petersilie bestreut. Beilage Bratkartoffeln und Salat.

Saftfleisch

Auf Zwiebelscheiben weichgedünstetes Schlachtfleisch in Scheiben, das mit einer säuerlich abgeschmeckten Soße gebunden wird.

Schlächterin-Art (à la charcutière)

Unpaniertes Schweinskotelett oder Schnitzel, saftig gebraten und mit brauner, leicht mit Senf abgeschmeckter Zwiebelsoße mit Einlage von Delikateßgurkenwürfeln. Beilage Kartoffelbrei.

Schöne Helene

Siehe Helene.

Schwedische Art (schwedisch, à la suédoise)

1. Junge Erbsen als Gemüsebeilage, in Salzwasser gegart, trocken angerichtet und schaumig gerührte Butter dazu extra.
2. Hammelkotelett, Schweinskotelett oder Schweinesteak, in Zitronensaft und gehackter Petersilie mariniert, durch zerlassene Butter gezogen, eingebröselt, knusprig gebraten. Dazu Apfelsoße aus dünnem, mit Weißwein abgeschmecktem und mit wenig Mayonnaise verrührtem Apfelmus, das mit geriebenem Meerrettich versetzt wurde.

Serbische Art (serbisch, à la serbe)

1. Rindergulasch, mit wenig Soße angerichtet und mit Streifen von rotem und grünem Gemüsepaprika bestreut. Beilage Weißbrot oder Reis.
2. Reisfleisch, das mit Kalbfleischwürfeln zubereitet wird (siehe Reisfleisch).

Slowakische Art (slowakisch)

Schweineschnitzel, mit Salamistreifen gefüllt und in Teig aus geriebenen Kartoffeln, Mehl und Ei gehüllt, knusprig von beiden Seiten gebraten. Mit wenig brauner Soße angerichtet, Beilage Kopfsalat.

Soubise (à la Soubise)

1. Kalbs- oder Schweinebrust mit Hackfleischmasse, die mit Zwiebelmus versetzt ist, gefüllt und gebraten. In Scheiben geschnitten, mit heller Zwiebelsoße kombiniert.
2. Gekochte Hammelschulter oder gebratenes Hammelfleisch, aber auch Rinderschmorfleisch, beim Anrichten mit Zwiebelmus oder einer dickflüssigen Zwiebelsoße überzogen. Mitunter wird die Zwiebelsoße auch extra gegeben.
3. Hammelkotelett, saftig gebraten und mit Zwiebelmus garniert oder bestrichen, mitunter auch leicht überbacken.

Spanische Art (spanisch, espagnole, à la espagnole)

1. Rührei, auf in Öl angeschwitzten, vorher abgezogenen Tomatenwürfeln zubereitet

und mit brauner Bratensoße beim Anrichten leicht umkränzt.
2. Rühr- oder Spiegelei, beim Anrichten mit Ragout aus angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Tomatenwürfeln und Gemüsepaprikastreifen belegt.
3. Rührei, in abgezogene und ausgehöhlte Tomaten gefüllt, die in der Ofenröhre gebacken werden. Beim Anrichten – meist als warme Vorspeise – mit gedünsteten Gemüsepaprikastreifen garniert.
4. Spiegelei, mit gegrillten Tomaten umlegt und mit gebackenen oder braun gebratenen Zwiebelringen belegt.
5. In Portionsstücke zerlegter Broiler oder Brathuhn, in Öl angebraten und auf Reis, der mit Tomatenwürfeln, Gemüsepaprikastreifen, Möhrenraspeln und jungen Erbsen vermengt ist, mit wenig brauner Soße gegart.
6. Gebackenes oder gebratenes Fischfilet oder ebenso zubereitete Fischschnitte, mit angeschwitzten Tomatenwürfeln, gedünsteten Gemüsepaprikastreifen und gebackenen Zwiebelringen belegt.
7. Steak oder Kotelett, saftig gebraten und auf körnigem Reis, der mit Tomatenwürfeln, jungen Erbsen, Gemüsepaprikastreifen und angebratenen Knoblauchwurstscheiben vermengt ist, angerichtet.

Spreewälder Art

1. Fischschnitte oder Portionsfisch in Meerrettichsoße, mit Salzgurken umlegt.
2. Kleiner Hecht oder Hechtschnitte mit Gemüse, in wenig Fischfond und saurer Sahne gedünstet, aus dem Fond mit Mehlschwitze, Ei und Butter helle Soße zubereitet und damit sowie mit Einlage von gehacktem Dill den Hecht soßiert.
3. Schweinskotelett, mehliert, von beiden Seiten knusprig gebraten und danach in dünnflüssiger Zwiebelsoße mit saurer Sahne und geriebenem Meerrettich gargeschmort. Beilage Petersiliekartoffeln und Gewürzgurken.

Stefanie-Art

Hackbraten aus mit Majoran und Knoblauch abgeschmeckter Hackmasse von Schweine- und Rinderhackfleisch, mit hartgekochten Eiern und Gewürzgurke gefüllt. In Scheiben geschnitten mit Kartoffelbrei angerichtet, Remouladensoße extra. Auch Stefaniebraten genannt.

Stephanie-Art

Angebratene Lendenschnitte, in Blätterteigring gebacken, mit Kremchampignons belegt und mit holländischer Soße überzogen. Mit gehackter Petersilie bestreut.

Straßburger Art (strasbourgoise, à la strasbourgoise)

1. Kalbsbrust, mit Leberfarce gefüllt, gebraten, in Scheiben geschnitten angerichtet und mit Madeirasoße soßiert.
2. Gänse- oder Entenbraten, auf Sauerkraut gedünstet. Portioniert auf Sauerkraut angerichtet, mit angebratenen mageren Speckscheiben garniert.
3. Schweinsrücken oder Schweinesteak, saftig gebaten, auf Sauerkraut angerichtet, mit mageren Speckscheiben, gebratener Geflügelleber und kleinen gebratenen Würstchen umlegt.
4. Angebratenes Kasseler Kotelett, in feuerfestem Gefäß auf angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Möhrenstücken, Champignons, Selleriestücken, Gurkenwürfeln mit kleinen rohen Kartoffeln, Weißkohl und mit Brühe in der Bratröhre zugedeckt gegart.

Tagliatelle

Bezeichnung für eine Gruppe italienischer warmer Vorspeisen aus Bandnudeln, die mit Käse auf Spinat, Leberragout oder einem anderen Ragout überbacken wurden.

Teltower Art

Geschmorte kleine Stücke von Wild (z. B. Hase, Wildschwein, Hirsch), die zuerst mit

magerem Speck angebraten und dann mit kleinen Zwiebeln, Rübenstücken (eigentlich Teltower Rübchen) und zuletzt mit Zugabe von Kartoffelstreifen mit Brühe gargeschmort werden. Beim Anrichten mit viel gehackter Petersilie bestreut.

Tendrons

Geschmorte Kalbsbrustschnitte, die zubereitet wird, indem in breite Stücke geschnittene Kalbsbrust mehliert, angebraten und danach mit Pilzen, verschiedenem Wurzelgemüse oder Tomaten und Gemüsepaprikastreifen sowie brauner Soße gargeschmort wird.

Teufels-Art (diable, à la diable)

1. Gegrillter, von der Hauptgräte befreiter Hering mit würziger Soße, die aus Béarner Soße (siehe dort) mit Würfeln von Gewürzgurke und Kapern zubereitet wird.
2. Gegrilltes, von den großen Knochen befreites halbes Brathuhn oder Broiler mit Teufelssoße (siehe dort).
3. Schweinesteak, Schweinskotelett oder Schweinefleischspießchen mit Senf bestrichen, in geriebenem Weißbrot gewälzt, mit zerlassener Butter beträufelt, auf dem Rost gegrillt und beim Anrichten mit Teufelssoße (siehe dort) umkränzt.

Thüringer Art

1. Brotschnitte (Graubrot), gebuttert und belegt mit Wurstsalat aus Thüringer Rotwurst, Senfgurkenwürfeln und Tomatenketchup, mit einem Setzei abgedeckt. Beim Anrichten mit Tomatenachteln und Petersilie garniert. Auch als Thüringer Schnitte oder Thüringer Brot bezeichnet.
2. Kartoffelklöße aus rohen geriebenen Kartoffeln (siehe Klöße, roh II).
3. Ragout aus Schweinebauch, Schweineschulter, Niere, das als Thüringer Topfbraten bezeichnet wird. Siehe Topfbraten.

Tiroler Art (tyrolienne, à la tyrolienne)

1. Gebratenes Fischfilet oder Fischschnitte, auf angeschwitzten, vorher abgezogenen Tomatenwürfeln angerichtet und mit gebackenen Zwiebelringen belegt.
2. Scheiben von Kalbs- oder Schweinsleber, rosa gebraten, mit Soße aus angeschwitzten Zwiebel- und Tomatenwürfeln sowie Champignonscheiben, Sahne, Pfeffer, Paprika und Salz reichlich soßiert.
3. Steak (Filetsteak, Rumpsteak, Schweinesteak), rosa gebraten, mit gebackenen Zwiebelringen belegt, mit gegrillten Tomaten oder angeschwitzten Tomatenwürfeln garniert. Tiroler Soße, die wie Béarner Soße, jedoch anstelle von Butter mit Öl aufgeschlagen und mit angeschwitzten Tomatenwürfeln vermengt wird, extra dazu gegeben.

Tivoli-Art (à la Tivoli)

Filetsteak oder Rumpsteak, rosa gebraten, auf kleinem Brotcrouton angerichtet und mit Köpfen von Grünspargel sowie mit glasierten Champignons umlegt. Buttersoße extra. Anstelle der glasierten Champignons sind auch große gedünstete Champignonköpfe, die mit Geflügelragout gefüllt sind, als Garnitur üblich.

Toulouser Art (toulousaine, à la toulousaine)

Helles Ragout aus Geflügelklößchen, Champignonköpfen, Kalbsmilch und Champignonsoße. Das Ragout wird in Blätterteigpastetchen gefüllt, sog. Pastete Toulouser Art, oder mit Steaks aus hellem Fleisch oder Bratgeflügel kombiniert.

Türkische Art (türkisch, à la turque)

1. Gefüllte Gemüsepaprikas, die in Tomatensoße gedünstet werden. Die Füllung besteht aus Hammelhackfleisch, Reis, Tomatenmark, Knoblauch und Pfeffer.
2. Gebratenes Fischfilet oder Fischschnitte,

auf Safranreis angerichtet, mit gebratenen Auberginenscheiben belegt und mit brauner Butter übergossen.
3. Helles Geflügelragout aus angeschwitzten Geflügelstücken und Zwiebelwürfeln in heller Soße, die mit Safran und Chilli abgeschmeckt ist, auf Pilaff-Reis angerichtet. Siehe auch Pilaff-Reis.

Ungarische Art (ungarisch, hongroise, à la hongroise)

1. Gedünstete oder gargezogene Fischschnitte oder Fischfilet, überzogen mit Paprikasahnesoße. Die Paprikasahnesoße hat mitunter auch noch Einlage von gedünsteten, vorher abgezogenen Tomatenwürfeln.
2. Rinder- oder Schweinebraten in Paprikasahnesoße (mit saurer Sahne zubereitet) und mit Streifen von rotem und grünem Paprika bestreut. Auch für kurzgebratene Schlachtfleischkomponenten (vor allem Schweinskotelett, Schweinesteak), die in dieser Weise zubereitet sind.
3. Putenbraten oder Stücke von Brathuhn in Paprikasoße, mit Reis und gebackenen Tomaten garniert.

Valencienner Art (à la valencienne)

1. Gebratenes Fischfilet oder Fischschnitte, auf Tomatenmark und angeschwitzten oder gebratenen Zwiebelringen angerichtet, mit Pilaff-Reis (siehe dort) ergänzt und mit brauner Butter beträufelt.
2. Kurzgebratene Schlachtfleischkomponenten (vor allem Steaks) oder portioniertes Bratgeflügel, angerichtet auf Pilaff-Reis (siehe dort), der mit angeschwitzten Kochschinkenwürfeln und Gemüsepaprikastreifen vermengt ist, mit tomatisierter brauner Soße umkränzt.

Varsovienne

Siehe Warschauer Art.

Viennoise

Siehe Wiener Art.

Vol-au-vent

Große Blätterteigpastete, die nach dem Backen mit würzigem Ragout gefüllt wird. Der Vol-au-vent ist eine Mehrportionspastete, die Füllung dient meist zur näheren Bezeichnung, z. B. Vol-au-vent toulousaine (siehe auch Toulouser Art).

Warnemünder Art

Karpfenstücke, auf angeschwitzten Zwiebelwürfeln mit edelsüßem Paprika und Karpfenblut sowie wenig Fischbrühe gargedünstet. Beim Anrichten mit Petersiliekartoffeln und Salat kombiniert.

Warschauer Art (varsovienne, à la varsovienne)

1. Gargezogener oder gedünsteter Fisch (Fischschnitte, Fischfilet, kleiner Portionsfisch), mit gehacktem, hartgekochtem Ei und gehackter Petersilie bestreut sowie mit heißer Senfbutter übergossen.
2. Fischschnitte oder Fischfilet, in Fischfond gargezogen, mit gedünsteten Gemüsestreifen belegt und mit Butterflöckchen überbacken.

Wellington-Art (Wellington, à la Wellington)

Schweins- oder Rindslende, die nach dem Anbraten in Pilzfüllung (siehe Duxelles) und Blätterteig gehüllt und knusprig gebacken wird. Nach dem Anrichten (in Scheiben geschnitten) mit Rotweinsoße kombiniert.

Westmoreland-Art (Westmoreland)

Schweinslende, Rindslende oder Steaks, nach dem Anbraten mit Tomatenwürfeln, gehackten Mixed Pickles und Rotweinsoße gargeschmort.

Wiener Art (viennoise, à la viennoise)

1. Hartgekochte Eier, in Scheiben geschnitten angerichtet, mit Gulaschsoße überzogen und mit Streifen von rotem und grünem Gemüsepaprika bestreut.
2. Rostbraten, der mit Zwiebelscheiben gebraten und beim Anrichten mit wenig brauner Soße umkränzt wird.
3. Ochsenschwanzragout in würziger Rotweinsoße mit Einlage von Preiselbeeren und nach dem Anrichten mit Semmelklößen kombiniert.
4. Kalbsbrust mit einer Füllung aus schaumig gerührter Butter und Eigelb, eingeweichten Semmeln, gehackter Petersilie, gedünsteten jungen Erbsen und Champignons. Die Kalbsbrust wird gebraten und in braunem Fond gargeschmort.
5. Kalbsschnitzel, dünngeklopft in Mehl, zerrührtem Ei und geriebener Semmel paniert und in heißem Schweinefett schwimmend gebacken. Trocken angerichtet und mit Zitrone und Petersiliensträußchen garniert. Eine weitere Variante besteht darin, daß das Schnitzel von beiden Seiten knusprig gebraten, trocken angerichtet, mit Zitronenscheibe mit Sardellenstreifen belegt und mit gebackener Petersilie garniert wird.
6. Bohnengemüse aus gedünsteten Brechbohnen, mit Béchamelsoße mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln und saurer Sahne gebunden.

Zigeuner-Art (zingara, à la zingara)

Lendenschnitte oder naturell gebratenes Kalbskotelett, mit einem Ragout von angeschwitzten Schinkenstreifen, Zungenstreifen, Champignons und Madeirasoße überzogen.

Anhang

Die wichtigsten Lebensmittel und ihr Gehalt an Grundnährstoffen

(alle Werte beziehen sich auf 100 g des Lebensmittels in handelsüblicher Form)[1]

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlenhydrateinheiten KHE
1. *Frischfleisch*					
Schweinebauch mit Knochen	8,4	30,2	–	1 355 (324)	0
Schweinebauch ohne Knochen	11,7	42,0	–	1 885 (450)	0
Schweinebug mit Knochen	12,2	30,5	–	1 435 (343)	0
Schweinebug ohne Knochen	14,0	35,0	–	1 485 (355)	0
Dickbein mit Knochen	7,4	10,5	–	550 (132)	0
Dickbein ohne Knochen	11,6	16,4	–	865 (207)	0
Schweinsfilet	18,4	9,8	–	730 (174)	0
Schweinskamm mit Knochen	12,4	27,2	–	1 310 (313)	0
Schweinskamm ohne Knochen	14,6	32,0	–	1 540 (368)	0

[1] Zusammengestellt nach: Autorenkollektiv: Nährwertkatalog. Herausgegeben vom Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels und Gemeinschaftsverpflegung, der Hauptdirektion des volkseigenen Einzelhandels (HO) und der Gesellschaft für Betriebsberatung des Handels. Berlin 1972

(Fortsetzung von S. 511)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlen-hydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlen-hydrat-einheiten KHE
Schweinskeule mit Knochen	12,6	25,7	–	1 260 (301)	0
Schweinskeule ohne Knochen	15,2	31	–	1 510 (362)	0
Schweinskotelett mit Knochen	12,2	24,5	–	1 195 (286)	0
Schweineschnitzel	20,6	8,0	–	695 (166)	0
Rindfleisch (Blume) mit Knochen	13,7	14,6	–	835 (200)	0
Rinderbrust mit Knochen	12,6	16,7	–	890 (213)	0
Rindfleisch mit Knochen (Fehlrippe)	15,8	14,5	–	865 (207)	0
Rindfleisch mit Knochen (Hochrippe)	13,0	18,3	–	965 (231)	0
Rindfleisch ohne Knochen (Hochrippe)	16,7	23,5	–	1 245 (297)	0
Rindskamm mit Knochen	14,6	4,7	–	450 (108)	0
Rindskamm ohne Knochen	19,4	6,2	–	600 (144)	0
Rindskeule mit Knochen	16,6	10,6	–	730 (174)	0
Rindskeule ohne Knochen	19,5	12,5	–	860 (205)	0
Rindslende oder Roastbeef	15,1	17,7	–	975 (233)	0
Rindfleisch mit Knochen (Spannrippe)	15,0	18,2	–	1 000 (239)	0
Rindfleisch ohne Knochen (Spannrippe)	18,1	21,9	–	1 205 (288)	0
Rindfleisch (reines Muskelfleisch)	21,3	4,1	–	555 (133)	0
Kalbsbrust mit Knochen	10,6	3,6	–	340 (81)	0
Kalbsbrust ohne Knochen	18,6	6,3	–	595 (142)	0

(Fortsetzung von S. 512)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlenhydrateinheiten KHE
Kalbsbug mit Knochen	16,1	3,9	–	450 (108)	0
Kalbsbug ohne Knochen	19,4	10,0	–	755 (180)	0
Kalbslendchen	19,8	1,4	–	425 (101)	0
Kalbshachse mit Knochen	13,4	1,0	–	285 (68)	0
Kalbshachse ohne Knochen	20,9	1,6	–	450 (107)	0
Kalbskeule oder -schulter mit Knochen	15,0	9,5	–	655 (156)	0
Kalbskeule oder -schulter ohne Knochen	19,1	12,0	–	830 (198)	0
Kalbskotelett mit Knochen	15,6	7,2	–	575 (137)	0
Kalbsschnitzel	20,5	1,8	–	450 (107)	0
Hammelfleisch mit Knochen (Brust)	10,7	32,9	–	1 505 (360)	0
Hammelfleisch mit Knochen (Bug, Schulter)	13,3	21,3	–	1 090 (260)	0
Hammelfleisch (Keule)	15,1	15,1	–	880 (210)	0
Hammelrücken mit Knochen	12,1	25,9	–	1 260 (300)	0
Rindsherz	16,8	6,0	–	555 (133)	0
Kalbsleber	18,4	4,1	3,9	575 (138)	0
Schweinsleber	18,7	5,3	1,1	575 (137)	0
Rindsleber	18,3	2,9	5,5	550 (131)	0,6
Kalbszunge	13,2	4,8	0,7	430 (103)	0
Schweinszunge	12,7	15,4	–	845 (202)	0
Rindszunge	11,8	11,8	–	700 (167)	0
Kalbsherz	9,9	6,2	0,7	440 (105)	0
Schweinsherz	14,0	4,3	0,3	425 (101)	0
Kalbsniere	14,7	5,6	0,7	505 (121)	0
Schweinsniere	14,4	4,5	0,7	455 (109)	0
Kalbshirn	9,6	8,4	0,8	525 (125)	0
Kalbsbries	16,7	3,3	–	440 (105)	0
Kaninchen mit Knochen	16,4	6,0	4,7	550 (132)	0,6
Kaninchen ohne Knochen	20,8	7,6	0,6	700 (167)	0

(Fortsetzung von S. 513)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlen-hydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlen-hydrat-einheiten KHE
2. Speisekartoffeln					
Speisekartoffeln, geschält	2,0	0,15	18,9	365 (87)	2,4
3. Frischgemüse					
Artischocke	1,2	0,1	5,9	120 (29)	0,6
Aubergine	1,0	1,5	3,8	90 (21)	0
Blumenkohl	1,6	0,2	2,4	70 (17)	0
Bohnen, grün	2,1	0,3	4,7	130 (31)	0
Champignons	2,6	0,2	2,6	90 (22)	0
Chicorée	1,2	0,2	2,1	60 (14)	0
Endivie	1,3	0,2	1,5	55 (13)	0
Erbsen, jung	2,7	0,2	5,6	155 (37)	0,6
Feldsalat (Rapünzchen)	1,3	0,3	1,9	65 (15)	0
Gartenkresse	2,7	0,9	2,6	120 (29)	0
Grünkohl	2,2	0,5	2,6	100 (24)	0
Gurke	0,4	0,2	1,0	30 (7)	0
Kohlrabi	1,3	0,1	3,0	75 (18)	0
Kopfsalat	1,1	0,2	1,1	40 (10)	0
Möhren, ohne Laub, geputzt	0,8	0,2	6,0	120 (29)	0,6
Mangold	1,7	0,2	2,4	80 (19)	0
Meerrettich	1,5	0,2	8,1	165 (40)	1
Porree (Lauch)	1,3	0,2	3,7	90 (22)	0
Paprika (Gemüsepaprika)	0,9	0,2	3,6	90 (22)	0
Petersilie	2,7	0,2	5,9	240 (57)	0,6
Pfifferlinge	1,0	0,3	1,6	60 (14)	0
Rettich, Radieschen	0,6	0,1	2,2	50 (12)	0
Rote Rüben	1,2	0,1	5,9	120 (29)	0,6
Rhabarber	0,4	0,1	3,1	65 (16)	0
Rosenkohl	3,6	0,5	5,8	175 (42)	0,6
Rotkohl	1,2	0,2	3,7	90 (21)	0
Schnittlauch	3,6	0,7	8,4	230 (55)	1,2
Schwarzwurzel	0,8	0,2	9,1	170 (41)	1,2
Sellerie, ohne Laub	1,1	0,2	5,4	120 (29)	0,6
Spargel	1,4	0,1	2,2	65 (15)	0
Spinat	1,9	0,3	1,9	75 (18)	0
Steinpilze, geputzt	2,2	0,3	3,9	115 (27)	0
Suppengrün	1,0	0,2	5,1	110 (26)	0,6

(Fortsetzung von S. 514)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlenhydrateinheiten KHE
Tomaten	0,9	0,2	3,2	75 (18)	0
Weißkohl	1,1	0,2	3,3	80 (19)	0
Wirsing	2,1	0,3	3,2	100 (24)	0
Zwiebel, ohne Lauch	1,2	0,2	8,8	176 (42)	1,2
Chinakohl, geputzt	0,9	0,2	1,6	55 (13)	0
Kürbis	0,8	0,1	3,8	85 (20)	0
Melone	0,3	0,1	2,2	45 (11)	0
4. Frischobst, Südfrüchte, getrocknete Früchte, Mandeln					
Äpfel	0,3	0,3	11,1	200 (48)	1,2
Aprikosen	0,8	0,1	11,5	210 (50)	1,2
Birnen	0,5	0,4	12,5	235 (56)	1,2
Erdbeeren	0,9	0,4	7,6	155 (37)	1,2
Heidelbeeren	0,6	0,6	13,2	250 (60)	1,2
Himbeeren	1,3	0,3	8,1	165 (40)	1,2
Johannisbeeren, rot	1,1	0,1	7,8	155 (37)	1,2
Johannisbeeren, schwarz	1,0	0,1	10,2	190 (46)	1,2
Mirabellen	0,7	0,2	14,6	265 (63)	1,2
Pfirsiche	0,7	0,1	9,7	175 (42)	1,2
Pflaumen	0,7	0,1	11,6	210 (50)	1,2
Preiselbeeren	0,3	0,5	9,9	190 (46)	1,2
Reineclauden	0,8	0	16,6	290 (69)	1,2
Sauerkirschen	0,8	0,4	11,6	220 (53)	1,2
Stachelbeeren	0,8	0,1	8,6	180 (43)	1,2
Kirschen, süß	0,7	0,5	12,5	240 (54)	1,2
Weintrauben	0,7	0,5	15,5	295 (70)	1,2
Ananas	0,3	0,1	7,5	135 (32)	1,2
Bananen	0,8	0,1	14,3	255 (61)	1,2
Grapefruit	0,5	0,1	7,0	95 (23)	0,6
Mandarinen	0,5	0,2	7,8	130 (31)	1,2
Orangen	0,7	0,2	6,6	165 (39)	0,6
Zitronen	0,5	0,4	4,5	75 (18)	0,6
Äpfel, getrocknet	1,4	1,6	64,6	1 165 (279)	6
Aprikosen, getrocknet	5,0	0,4	68,4	1 245 (297)	6
Datteln, getrocknet	1,7	0,5	63,7	1 110 (268)	6
Feigen, getrocknet	3,5	1,3	60,8	1 130 (270)	6
Pflaumen, getrocknet	2,0	0,5	59,0	1 040 (249)	6
Rosinen	2,3	0,5	64,2	1 135 (271)	6
Erdnüsse, geschält, geröstet	26,5	46,6	19,0	2 640 (631)	2,4
Haselnüsse	9,2	40,2	8,2	1 880 (449)	1,2

(Fortsetzung von S. 515)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlenhydrateinheiten KHE
Mandeln, süß	9,3	27,6	8,2	1 390 (332)	1,2
Paranüsse	6,9	32,7	3,6	1 465 (350)	0
Walnüsse	6,9	32,7	3,6	1 465 (350)	0
Kokosnüsse (Fleisch)	3,9	36,5	10,3	1 670 (399)	1,2
5. Nährmittel, Brot					
Weizenmehl W 405	10,6	1,1	74,0	1 550 (370)	7,2
Weizenmehl W 630	11,4	1,5	72,0	1 545 (369)	7,2
Weizenmehl W 812	12,7	1,3	70,2	1 545 (365)	7,2
Weizengrieß	10,3	0,8	75,3	1 550 (370)	7,2
Weizenstärke	0,4	0,1	86,8	1 545 (369)	8,4
Weizenkeime	26,6	9,2	46,0	1 675 (400)	4,8
Maismehl	8,9	2,8	73,6	1 575 (376)	7,2
Eierteigwaren	13,0	2,9	72,4	1 630 (390)	7,2
Haferflocken	13,8	6,6	66,2	1 680 (402)	6
Kartoffelstärke	0,6	0,1	85,5	1 510 (361)	8,4
Reis, poliert	7,0	0,6	78,7	1 540 (368)	7,2
Cornflakes	7,7	0,6	82,5	1 625 (388)	8,4
Erdnußflips	14,5	29,0	44,1	2 135 (510)	4,2
Brötchen	6,8	0,5	57,5	1 165 (278)	6
Weißbrot	8,2	1,2	50,1	1 085 (259)	4,8
Roggenbrot	6,4	1,0	51,2	1 045 (250)	4,8
Roggen-Vollkornbrot	7,3	1,2	46,4	1 000 (239)	4,8
Weizen-Vollkornbrot	7,6	0,9	47,4	1 010 (241)	4,8
Knäckebrot	8,4	1,0	48,2	1 045 (250)	4,8
Grahambrot	8,4	1,0	48,2	1 045 (250)	4,8
Pumpernickel	6,88	0,9	49,4	1 035 (247)	4,8
Driftbrot	7,8	2,5	34,5	840 (201)	3,6
Trendbrot	5,4	1,5	37,5	810 (194)	3,6
Zwieback (Burger)	10,4	6,8	77,9	1 570 (375)	7,2
Vollkornzwieback	10,6	9,0	79,2	1 610 (385)	8,4
Zwieback, eifrei	11,1	5,0	71,2	1 655 (396)	7,2
Vollkornkeks	9	16,5	70	1 915 (458)	7,2
Hauskeks	9	14	70,5	1 985 (475)	7,2
Exquisit-Keks	9	13,9	74,9	1 965 (470)	7,2
Eierbisquit	10	5,8	81	1 815 (434)	8,2
Bohnen, weiß	21,1	1,6	57	1 460 (349)	6
Erbsen, geschält	22,2	1,4	58,9	1 500 (359)	6
Linsen	23,5	1,4	56,2	1 480 (354)	6
Zucker	0	0	99,8	1 650 (394)	9,6

(Fortsetzung von S. 516)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlenhydrateinheiten KHE
6. Wurst- und Fleischwaren					
Knacker	11	53	0	2 135 (510)	0
Knoblauchwurst	10	54	0	2 090 (500)	0
Rohe Polnische	10	52	0	2 175 (520)	0
Berliner Mettwurst	10	56	0	2 300 (550)	0
Teewurst, grob	12	47	0	1 965 (470)	0
Teewurst, fein	11	44	0	1 840 (440)	0
Salami (ungarische Art)	18	53	0	2 345 (560)	0
Zervelatwurst, schnittfest	14	41	0	1 840 (440)	0
Salami, schnittfest	15	40	0	1 755 (420)	0
Bierschinken	13	19	0	960 (230)	0
Bierwurst	9	40	0	1 675 (400)	0
Brühwurst (Lyoner Art)	10	25	0	1 170 (280)	0
Jagdwurst	11	29	0	1 255 (300)	0
Kammfleischwurst	11	21	0	960 (230)	0
Krakówer Brühwurst	12	59	0	2 510 (600)	0
Mortadella	11	26	0	1 210 (290)	0
Poltawer	13	34	0	1 550 (370)	0
Kochsalami, hart	13	55	0	2 380 (570)	0
Bockwurst	9	28	0	1 170 (280)	0
Würstchen (Debrecziner)	10	31	0	1 380 (330)	0
Würstchen (Wiener)	9	30	0	1 300 (310)	0
Fleischblutwurst	11	36	0	1 510 (360)	0
Gutsfleischwurst	13	28	0	1 260 (300)	0
Zungenwurst	11	44	0	2 340 (560)	0
Thüringer Rotwurst	9	47	0	1 920 (460)	0
Speckblutwurst, hart (Touristenwurst)	7	84	0	3 345 (800)	0
Delikateßleberwurst	12	42	0	1 755 (420)	0
Landleberwurst	10	48	0	1 945 (470)	0
Kalbsleberwurst	12	39	0	1 675 (400)	0
Leberkäse	12	34	0	1 340 (320)	0
Sülzfleischwurst	12	28	0	1 170 (280)	0
Schweinskopfsülzwurst	13	32	0	1 420 (340)	0
Schinken, gekocht	18,9	20	0	1 145 (274)	0
Schinken, roh	15,7	29	0	1 440 (344)	0
Corned beef, deutsch	21,7	6	0	640 (153)	0
Dosenschinken	20,2	10,7	0	800 (191)	0
Kasseler	15,3	21,6	0	1 140 (272)	0

(Fortsetzung von S. 517)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlenhydrateinheiten KHE
7. *Geflügel*					
Ente, voll	14,5	13,8	0	810 (194)	0
Gans, voll	11,5	22,6	0	1 115 (266)	0
Brathuhn	15,2	4,1	0	450 (107)	0
Huhn, Brust	16,4	0,7	0	330 (79)	0
Huhn, Keule	15,5	2,3	0	375 (90)	0
Hühnerleber	22,1	4,7	1,2	615 (147)	0
Broiler	20	5	0	525 (126)	0
Pute, voll	14,7	14,8	0,3	860 (206)	0
8. *Wildbret*					
Hase mit Knochen	17,3	2,4	0	415 (99)	0
Rehkeule mit Knochen	17,5	1,0	0	365 (87)	0
Rehrücken	15,7	2,5	0	390 (93)	0
9. *Fisch, Fischkonserven, Fischpräserven*					
Hering	10,9	11,8	0	675 (161)	0
Heilbutt	14	3,9	0	410 (98)	0
Kabeljau, Dorsch	9,5	2	0	185 (44)	0
Makrele	11,7	7,2	0	500 (120)	0
Rotbarsch	10,2	1,6	0	255 (61)	0
Schellfisch	10,2	1	0	190 (46)	0
Scholle	9,6	0,5	0	195 (47)	0
Seelachs	11,9	0,5	0	240 (57)	0
Seezunge	12,4	1,0	0	270 (64)	0
Rotzunge, garfertig	15,0	10,0	0	320 (76)	0
Degenfisch	21,9	3,4	0	510 (122)	0
Lichia	22,2	2,5	0	475 (114)	0
Grenadierfisch	16,6	0,7	0	310 (74)	0
Kaphecht	17,1	1,4	0	345 (83)	0
Steinbutt	16,2	1,6	0	365 (87)	0
Fischsticks, paniert	15,2	3,1	x	380 (91)	0
Aal, frisch	9,0	17,9	0	875 (209)	0
Forelle	9,6	1,1	0	220 (52)	0
Karpfen	10,4	3,9	0	345 (83)	0
Hecht, garfertig	17,8	0,8	0	360 (86)	0

x Wert liegt nicht vor

(Fortsetzung von S. 518)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlen-hydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlen-hydrat-einheiten KHE
Schleie, garfertig	17,2	0,7	0	345 (83)	0
Zander, garfertig	18,6	0,7	0,4	375 (90)	0
Garnele	7,7	0,9	0	175 (42)	0
Miesmuschel	1,8	0,2	0,7	55 (13)	0
Kaviar, echt	25,3	14,7	4,5	1 130 (270)	0,6
Kaviar, deutsch (Kaviarersatz)	14,0	6,5	2,8	565 (135)	0
Aal, geräuchert	13,7	19,3	0,6	1 030 (246)	0
Bückling	15,5	10,1	0	690 (165)	0
Heilbutt, geräuchert	13,1	13,0	0	755 (181)	0
Makrele, geräuchert	14,3	10,7	0	685 (164)	0
Rotbarsch, geräuchert	17,4	4	0	480 (115)	0
Sprotten	11,4	10,9	0	640 (153)	0
Deli-Hering	17,4	13,3	0	850 (203)	0
Brathering	15,5	14,0	3,5	900 (215)	0
Salzhering	8,5	6,6	0	420 (100)	0
Hering in Tomate	14,8	15,0	2,4	910 (217)	0
Ölsardinen	24,1	13,9	1,3	1 005 (240)	0
Thunfisch in Öl	23,8	20,9	0	1 270 (304)	0
10. *Pflanzliche Fette, Öle, Margarine*					
Speiseöl	0	99,8	0	3 885 (928)	0
Cama	0	40	0	1 550 (370)	0
Sahna	0,4	80	0,5	3 140 (750)	0
Vita	0,2	80	0,3	3 140 (750)	0
Marina	0	80	0,3	3 140 (750)	0
Sonja	0	80	0,3	3 140 (750)	0
11. *Tierische Fette, Butter*					
Markenbutter	0,9	79	0,9	3 105 (742)	0
Tafelbutter	0,9	74	0,9	2 910 (695)	0
Frische Landbutter	3,0	60	1,0	2 400 (574)	0
Butterschmalz	0	100	0	3 890 (930)	0
Speck, frisch	2	80	0	3 215 (769)	0
Schweineschmalz	0,1	99,7	0	3 960 (947)	0
Speck, mager	8,3	59,8	0	2 530 (605)	0
Speck, fett	2,1	79,9	0	3 220 (770)	0
Rindertalg	0,8	96	0	3 850 (920)	0

(Fortsetzung von S. 519)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlenhydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlenhydrateinheiten KHE
12. *Molkereiprodukte*					
Trinkvollmilch, 2,5%	3,4	2,5	4,8	238 (57)	0,6
Frischmilch, entrahmt	3,7	0,2	4,8	155 (37)	0,6
Buttermilch	3,5	0,5	4,0	150 (36)	0
Joghurt (Magermilch)	3,5	0,1	4,5	135 (32)	0,6
Kondensmilch	6,5	7,5	9,7	575 (137)	1,2
Kaffeesahne	3,5	10	4	520 (124)	0
Saure Sahne	3,5	10	3,5	510 (122)	0
Schlagsahne	2,7	30	3	1 265 (302)	0
Vollmilchpulver	25,2	26,2	38	2 100 (502)	3,6
Chesterkäse	25,8	33,1	2,3	1 795 (429)	0
Emmentaler 45%	27,4	30,5	3,4	1 745 (417)	0
Parmesan	36	26	3	1 715 (410)	0
Edelpilzkäse 50%	23,3	32,8	1,7	1 730 (413)	0
Gouda 45%	25	29	4,7	1 675 (400)	0,6
Edamer	24,8	28,3	3,9	1 615 (386)	0
Briekäse 50%	22,6	27,9	2,7	525 (126)	0
Camembert 30%	21,9	13,2	1,8	940 (225)	0
Limburger	26,4	8,6	0,9	835 (200)	0
Doppelrahmfrischkäse	14,6	30,5	1,9	1 480 (354)	0
Speisequark, mager	17,2	0,6	1,8	370 (88)	0
Speisequark 20%	12,6	4,9	6,0	510 (122)	0,6
Sahnequark	12	12,1	4,4	695 (166)	0,6
Schmelzkäse	14,4	23,6	6,1	1 275 (305)	0,6
13. *Eier*					
Hühnerei	11,4	9,9	0,6	615 (147)	0
Eigelb (Hühnerei)	16,1	31,9	0,3	1 575 (377)	0
Eiklar (Hühnerei)	11,1	0,2	0,7	230 (55)	0
Trockenvollei	46	41,8	2,4	2 565 (613)	0
14. *Verarbeitetes Obst und Gemüse*					
Ananas in Dosen	0,4	0,2	22,9	400 (95)	2,4
Apfelmus in Dosen	0,2	0,1	19,2	330 (79)	2,4
Kirschen in Dosen	0,7	0,2	19,0	335 (80)	2,4
Pfirsiche in Dosen	0,4	0,1	19,3	330 (79)	2,4
Marmelade	0,7	0,3	64	1 090 (260)	7,2

(Fortsetzung von S. 520)

	Eiweiß in g	Fett in g	Kohlen-hydrate in g	Energiegehalt in kJ (kcal)	Kohlen-hydrat-einheiten KHE
Champignons in Dosen	2,3	0,5	3,0	105 (25)	0
Grüne Bohnen in Dosen	1,5	0,3	4,0	110 (26)	0
Grüne Erbsen in Dosen	3,5	0,4	11,3	275 (66)	1,2
Möhren in Dosen	0,6	0,3	6,1	125 (30)	0,6
Spargel in Dosen	1,9	0,3	2,3	80 (19)	0
Spinat in Dosen	2,2	0,4	2,3	90 (22)	0
Tomatenketchup	2	0,4	24	450 (107)	2,4
Letscho (Konserve)	1,7	0,4	4,1	140 (34)	0
Sauerkraut	1,5	0,3	4,0	110 (26)	0
Tomatenmark	2,3	0,5	9,0	210 (50)	1,2
15. *Sonstige Erzeugnisse der industriellen Speisenproduktion*					
Gelatine	84,2	0,1	0	1 420 (339)	0
Mayonnaise 83%	1,2	84,8	1	3 350 (801)	0
Mayonnaise 65%	0,9	84,4	3,7	3 370 (806)	0

Erklärung von Fachausdrücken

Angießen	Wenig Flüssigkeit zum weiteren Garen zufügen, ohne daß das Gargut von der Flüssigkeit bedeckt wird.
Auffüllen	Mit viel Flüssigkeit ergänzen.
Ausstechen	Mit der Fleischgabel Fleischstücke aus Fond oder Soße entfernen (z. B. beim Ochsenschwanzragout).
Ballotine	Gefüllte Geflügelkeule.
Bardieren	Vor dem Braten mit Speck umwickeln, um das Fleisch saftig zu erhalten. Wird vor allem beim Wildgeflügel angewendet.
Bouchées	Mundbissen.
Bratgemüse	Mirepoix, fälschlich auch Röstgemüse, grobwürflig zerkleinertes Wurzelgemüse (einschließlich Zwiebeln), das mit Knochen oder Fleisch als Geschmacksgeber gebraten wird.
Brochettes	Spießchen.

Canapé	Schnittchen.
Consommé	Kraftbrühe.
Entbeinen	Knochen aus Schlachtfleisch oder Geflügel entfernen. Meist nur für gegartes Fleisch verwendet, bei rohem Fleisch wird von Auslösen gesprochen.
Fleisch-Soße-Komponente	Speisenkomponente aus gegartem Fleisch mit Soße (z. B. ein Ragout oder Schweinebraten mit Soße), auch als Kühlkost oder gefrierkonserviert hergestellt.
Fonds d'artichauts	Artischockenböden.
Frivolitäten	Kleine pikante Gebäcke, die als Vorspeise gereicht werden.
Gourmandises	Eigentlich Vielessereien; kleine Cocktailbissen oder Mundbissen in mehreren Varianten als Vorspeise oder Imbiß angerichtet.
Hohl auslösen	Röhrenknochen aus einer Keule (z. B. Hammelkeule) so auslösen, daß nur die Gelenkköpfe abgelöst und dann gemeinsam mit dem Röhrenteil aus dem Fleisch geschoben werden. Dadurch bleibt die Keule ohne einen großen Einschnitt im ganzen zur weiteren Verarbeitung erhalten.
Kulebjaka	Große Fischpastete, die in der Sowjetunion verbreitet ist (siehe 1.2. Kalte Vorspeisen).
Mirepoix	Bratgemüse.
Pain	Eigentlich Brot; in der Kalten Küche Bezeichnung für ein festes Mus aus Wildbret, Geflügel, Fisch oder Krebsen, das mit Sahne und Eigelb hergestellt und meist für die Zubereitung von Pasteten oder anderen kalten Speisen weiterverarbeitet wird (siehe 1.2. Kalte Vorspeisen).
Palatschinken	Kleine Eierkuchen in Österreich und in der Ungarischen Volksrepublik.
Paprizieren	Mit Paprika würzen oder abschmecken. Meist wird edelsüßer Paprika dafür verwendet.
Pelmeni	Teigtaschen, die in der Sowjetunion verbreitet sind.
Pie	Englische Pastetenart.
Pirogge	Pastetenart in der Sowjetunion und in der Volksrepublik Polen.

Pizza	Italienische Pastetenart.
Raclette	Schweizer Spezialität; im Stück geschmolzener und nach und nach auf Brot getropfter Käse.
Ravioli	Teigtaschen, die vor allem in Italien als Suppeneinlage oder mit Tomatensoße verzehrt werden.
Reduzieren	Vermindern, z. B. Flüssigkeit (Fond, Brühe) beim Dünsten oder Schmoren durch Verdampfen vermindern.
Suppengemüse	Suppengrün, Wurzelwerk, verschiedene Küchenkräuter und Wurzelgemüse (z. B. Möhren, Sellerie, Petersiliewurzel) einschließlich Zwiebeln, die bei der Zubereitung von Brühen als Würzmittel zugesetzt werden.

Schnittführungen beim Zerlegen von Schlachttieren (s. Hinweise S. 526)

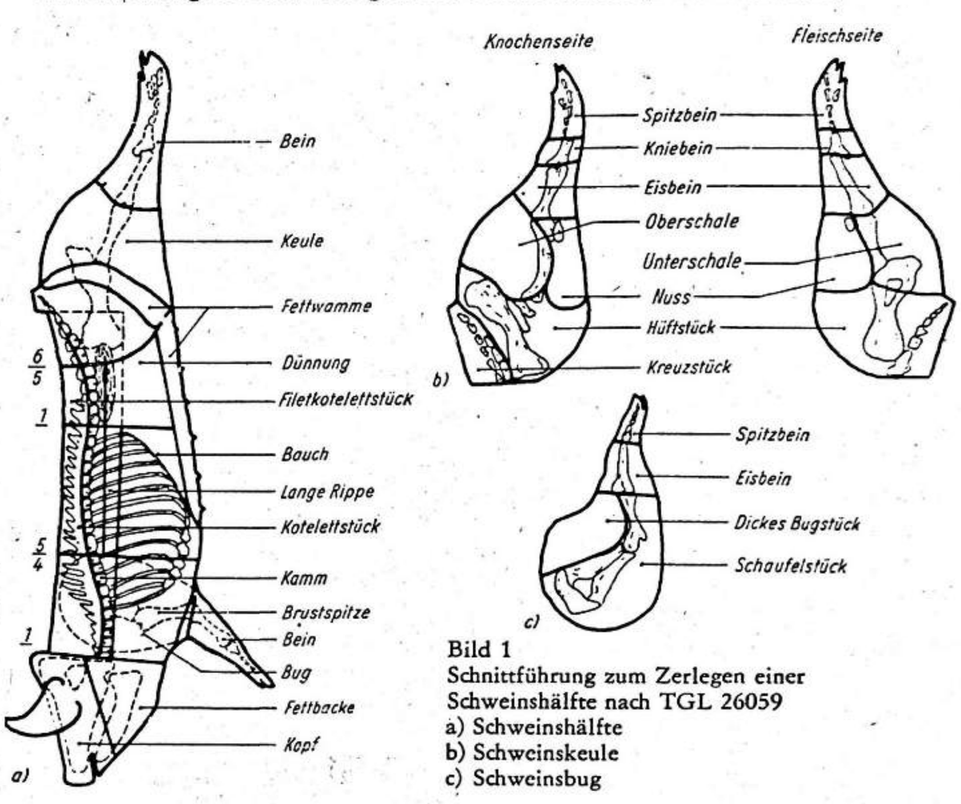


Bild 1
Schnittführung zum Zerlegen einer Schweinshälfte nach TGL 26059
a) Schweinshälfte
b) Schweinskeule
c) Schweinsbug

Hinterhesse
Keule
Filet
Schliem
Roastbeef
KR/6
Hinter-viertel [H/4]
Dünnung
Hohe Rippe
Spannrippe [H/4]
12/11
Spannrippe [V/4]
9/8
Brust
Vorder-viertel [V/4]
Fehlrippe
1/7
Bug
Vorderhesse
a)
Kamm

Innenseite
Außenseite
Hesse
Rohrbug
Dickes Bugstück
Falsche Lende
Schaufeldecke
c)
Schaufelstück

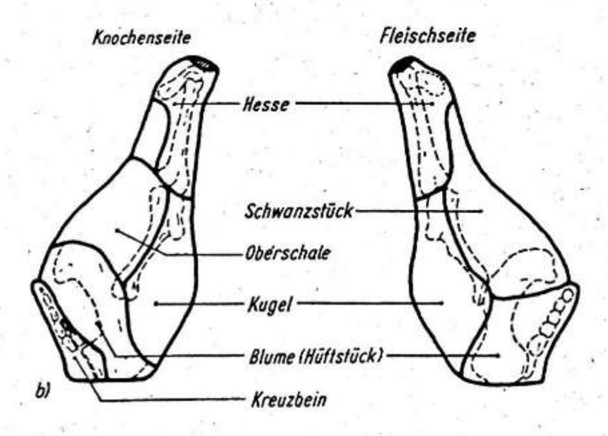


Bild 2
Schnittführung zum Zerlegen einer Rinderhälfte nach TGL 26059
a) Rinderhälfte
b) Rinderkeule
c) Rinderbug

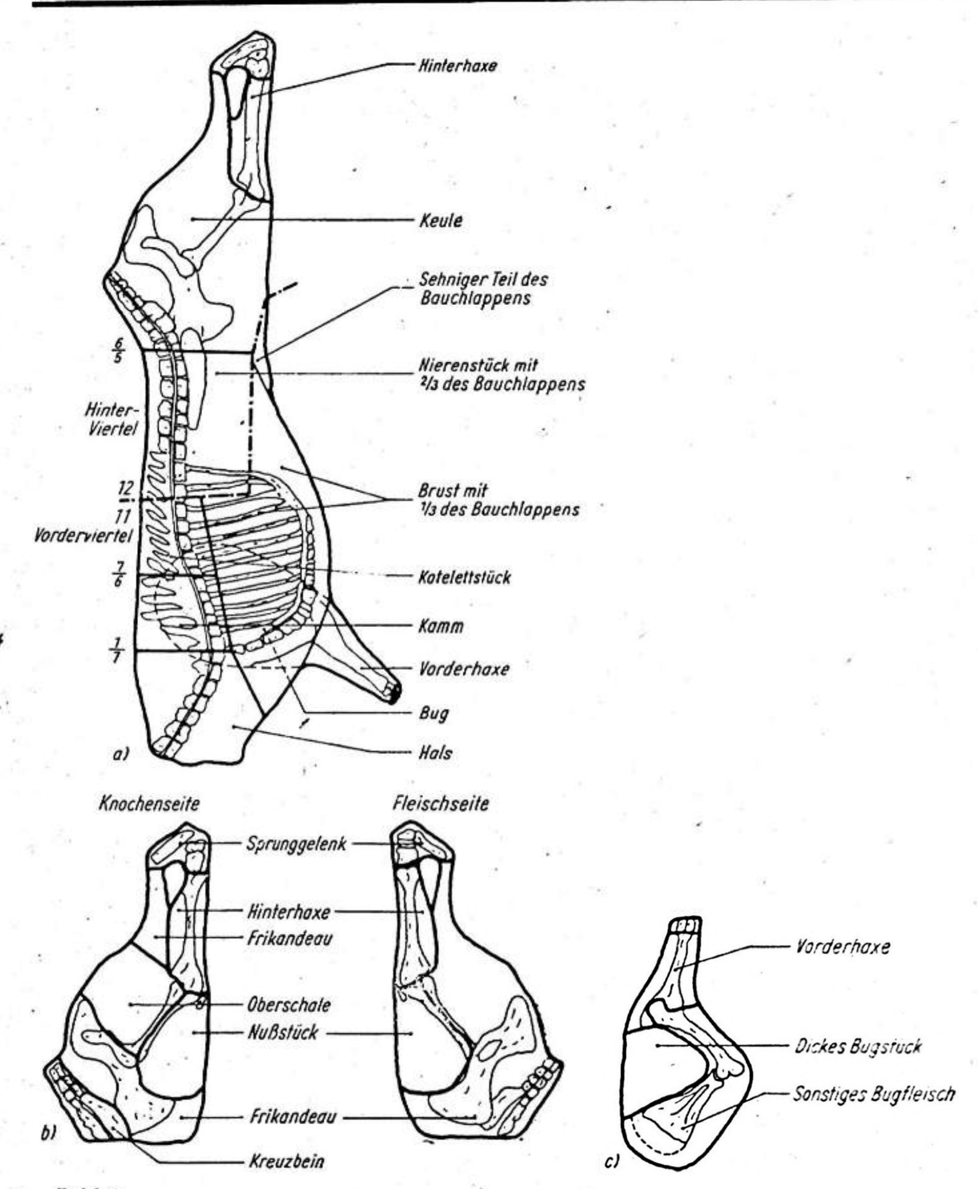


Bild 3
Schnittführung zum Zerlegen einer Kälberhälfte nach TGL 56059
a) Kälberhälfte b) Kälberkeule c) Kälberbug

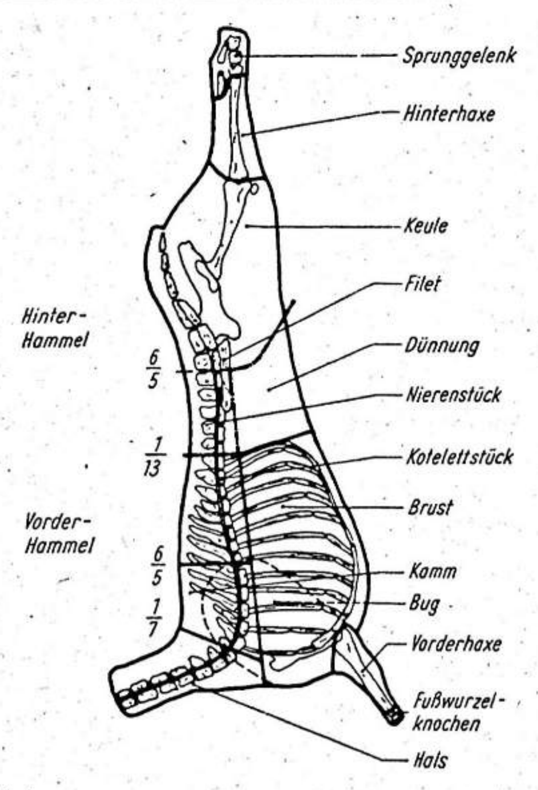


Bild 4
Schnittführung zum Zerlegen einer Hammelhälfte

Hinweise: Die Ziffern bzw. Ziffernbuchstaben-Kombinationen geben die Wirbel an, zwischen denen nach TGL die Trennung für die einzelnen Fleischteile zu erfolgen hat (z. B. $\frac{6}{5}$ bedeutet: Trennen zwischen dem 5. und 6. Wirbel; oder $\frac{1}{7}$ bedeutet: Abtrennen des Halses beim Hammel nach dem 7. Halswirbel vor dem 1. Wirbel des Kammes).

Literaturverzeichnis

Verwendete Literatur

Abaturow, P. W., N. P. Zyplenko und *F. S. Mitjurin:* Süßspeisen und Getränke. Leipzig: VEB Fachbuchverlag 1976
Anweisung 10/74 – Preisstufen für Gaststätten. Verfügungen und Mitteilungen des Ministeriums für Handel und Versorgung, Heft 11/1974
Duch, K.: Handlexikon der Kochkunst. Leipzig: VEB Fachbuchverlag 1968
Jugoslawische Kochkunst. Beograd: Publicisticko-Izdavacki Zavod «Jugoslavia» 1961
Grischin, P. D., und *N. I. Kowaljow:* Technologija Prigotowlenija Pischtschi, 5. Auflage. Moskau: 1972 Verlag Ökonomika
Krobotb, R., und *H. Pilz:* Das Fischrestaurant. Rostock: VVB Hochseefischerei 1969
Kulinarnyje Rezepty. Moskau: Pischtschepromisdat 1958
Lasnet de Lanty, H., Dictionaire de la cuisine française. Paris: Librairie Larousse 1970
Nährwertkatalog. Berlin: Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung 1972
Pilz, H.: ABC der Speisenproduktion, 6. Auflage. Berlin: Verlag Die Wirtschaft 1979
Sortimentskartei für Speisegaststätten Typ 1, 2 und 3. Berlin: Rationalisierungs- und Forschungszentrum Gaststätten, Hotels, Gemeinschaftsverpflegung
Turos, E.: So ißt man in Ungarn, 2. Auflage. Budapest: Corvina Verlag 1972
Venesz, J.: Nationalgerichte aus Ungarn. Budapest: Corvina Verlag 1959
Walter, Ch.: Wiener Küche. Wien: Globus-Verlag 1955

Zu empfehlende Literatur:

Birnstiel, F.: Die Kartoffel in der Ernährung. Leipzig: VEB Fachbuchverlag 1973
Birnstiel, F., H. Goetze und *H. Weibelzahl:* Speisenpläne für die Gemeinschaftsverpflegung.
Band 1: Mahlzeitenfolgen mit Nährwertbilanzen und Preisangaben
Band 2: Rezepturen mit Wareneinsatzmengen, Arbeitsanleitungen und Preisberechnung, 3. verb. Auflage. Leipzig: VEB Fachbuchverlag 1978
Hennig, R.: Feine Salate und pikante Spezialitäten, 11., verb. Auflage. Leipzig: VEB Fachbuchverlag 1980
Kausch, E., und *H. Pilz:* Im Mittelpunkt unser Gast, 3. Auflage. Berlin: Verlag Die Wirtschaft 1978
Lebensmittelchemie und Ernährungslehre, 4. Auflage, Leipzig: VEB Fachbuchverlag 1979
Lehrbuch für Köche.
Band 1: Rechtsbestimmungen im Umgang mit Lebensmitteln und Rohstoffe der Speisenproduktion, 5., verb. Auflage 1979

Band 2: Maschinenlehre, 5. Auflage 1979
Band 3: Verfahrenslehre, 3., neub. Auflage 1979
Band 4: Speisen- und Angebotslehre, 2., neub. Auflage 1979
Leipzig: VEB Fachbuchverlag
Pilz, H., und *H. Tietz:* Gaststättenkalkulation – Gaststättenpreise, 8. Auflage. Berlin: Verlag Die Wirtschaft 1978
Wieloch, E.: Gesund durch Gemüse – roh und gekocht, 15., verb. Auflage 1980
Gesund durch Obst – roh und gekocht, 10., verb. Auflage 1980
Leipzig: VEB Fachbuchverlag
Zobel, M., und *F. Wunck:* Neuzeitliche Gemeinschaftsverpflegung.
Band 1: Einführung in die moderne Ernährungs- und Kochwissenschaft sowie ihre praktische Anwendung im Großküchenbetrieb, 11. Auflage 1976
Band 2: Rezepturen mit Kochanleitungen und Nährwertberechnungen, 6., verb. Auflage 1977
Band 3: Großküchentechnik und -technologie, 2., neub. Auflage 1975. Leipzig: VEB Fachbuchverlag 1979

Rezept- und Sachwortverzeichnis

1. Alphabetisches Gesamtverzeichnis

2. Rezeptverzeichnis nach Ländern bzw. Ländergruppen

VR Bulgarien

ČSSR

Frankreich

Großbritannien

Italien

Japan

SFR Jugoslawien

Orient

Österreich

VR Polen

SR Rumänien

Schweiz

Skandinavien

Sowjetunion

Spanien

Süd- und Mittelamerika

Ungarische VR

USA



